

出産前に揃えておきたい『出産準備品リスト』

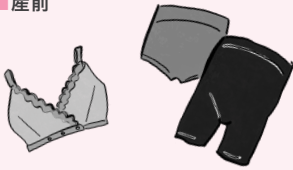


ママの準備品



赤ちゃんの準備品

■産前



ブラジャー 3～5枚

バストを快適にサポート。
授乳まで使える産前産後兼用
タイプが便利。

ショーツ 5～7枚

しなやかに伸びてやさしくフィット。
産前産後兼用タイプがおすすめ。

妊婦帯 3～5枚

おなかの変化に対応し、
ベルトで支え具合を調整できる
ガードルタイプや腹巻きタイプがある。

産前産後兼用骨盤ベルト 1～2枚

骨盤まわりをしっかりサポート。

■入院

産褥ブラジャー 4～6枚

出産直後のバストを
そっと支えてサポートする
ノンワイヤーブラジャー。

産褥ショーツ 2～3枚

入院時に便利な開閉ありタイプと、
産後に便利な開閉なしタイプがある。

ナイトウェア 3～5枚

全開タイプは
入院中の診察時にも便利。
丈が長い授乳口付のものを。

■産後

産後ブラジャー 2～3枚

授乳前後のボリュームの変化に対応し、
卒乳後も使用可能。

産後ガードル 2～3枚

産後1カ月ごろから使用でき、
産後の体型をサポート。

産後ウェア 1枚～

授乳口付きパジャマ。

■ウェア



短肌着 5枚～

体にフィットして汗をしっかり
吸収。暑さ寒さから守ります。

コンビ肌着 5枚～

股下のスナップ付きで
着くずれにくい。
短肌着とセットで着用。

兼用ドレス 3枚～

肌着の上に着用。ドレス型と
カバーオール型の2WAY仕様。
足の動きが活発になってきたら、
足を分けてカバーオール型として。

くつ下 1～2足

退院時、お宮参りで使用。
白のものが好ましい。

アフガン 1～2枚

赤ちゃんは包まれると安心します。
授乳やお出掛けの時にも重宝。
退院時、お宮参りの際に
使用できるよう、白のものを
1枚用意するのがおすすめ。

ミトン 1組～

爪で顔をひっかくことを防止。

セレモニードレス 1枚

退院時、お宮参り、お食い初め
などで着用。

■入浴・衛生

浴用ガーゼ 2枚

赤ちゃんの体を拭いたり、
沐浴時の不安を和らげるために
掛けたりくるんだりする。

ガーゼハンカチ 12枚～

授乳、入浴など多目的に使用可能。

バスタオル 2～3枚

正方形がおすすめ。
寝かせたまま全身を拭ける。

ベビーソープ 1個

赤ちゃんの柔らかい肌を
清潔に保つソープ。
植物由来など肌に優しい成分。

ベビースキンケア用品

ベビーローション、
ベビーオイル、ベビークリーム。
揃えておくと安心です。

ベビーバス 1個

沐浴の必需品。
退院したその日から使用。

おむつ関連

紙おむつ・おしりふき・
おしりふきウォーマー・
おむつ用消臭ゴミ箱・
おむつポーチ

■授乳

哺乳瓶 2～3点

母乳の量が安定するまで
時間がかかるので、
産前の準備がおすすめ。
洗浄ブラシもあると安心。

哺乳瓶ケース 1点

哺乳瓶のサイズに合わせて
選びたい。

授乳ケープ 1点

■寝具・ベビー雑貨

寝具セット 1セット

掛ふとん、敷ふとん、まくら、
シーツなど一式。

キルトパッド 2枚～

汗やおしっこを吸収。
汚れる頻度が高いため、
洗い替え用も。

防水シーツ 2枚～

汗やおもらしなどの水分、
湿気がマットに浸透するのを
防ぐためのシーツ。

掛ふとん用カバー 1枚～

洗い替え用としてであると重宝。

替えシーツ 1枚～

交換頻度が高いため、
洗い替え用も含めて準備したい。

スリーパー 1枚～

ふとんが外れた際の寝冷え対策に。

ベビーベッド 1台

安全で衛生的な赤ちゃん専用の
スペースを確保。

ベッドガード 1点

ベッドの木枠に赤ちゃんが
頭をぶつけたり、柵から手足が
出るのを防ぐために必要。

ハイ&ローチェア 1脚

すぐに移動できて便利。4歳ごろ
までチェアとしても使用可。

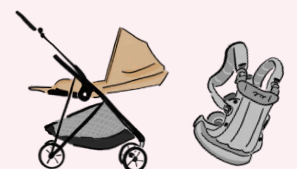
バウンサー 1台

自然な動きで、
赤ちゃんが快適に過ごせる。

ドックトット 1点

添い寝やベッドインベッドで活躍。

■おでかけ



ベビーカー 1台

赤ちゃんの月齢やライフスタイル
に合わせて選びたい。

ベビーキャリア 1台

赤ちゃんの成長にあわせて
使用できるタイプがおすすめ。

チャイルドシート 1台

自動車(自家用車)でのご移動時に
必須のアイテム。退院時から必要。

マザーズバッグ 1点

着替えや授乳用品などが入る収集力
を重視したい。

マルチケット 2枚

日差し対策や温度対策など、
用途は多彩。