

# 冬生まれ Baby 12.1.2 月

## 出産準備

生まれてから1ヶ月ぐらいの間に  
使うものリスト

- 出産の準備は安定期に入ってから出産予定月の1か月までぐらいにしましょう。
- 準備が終わったらチェックを入れましょう！



	準備するもの	数	お役立ちメモ	チェック	メモ
肌着	短肌着	5~6枚	新生児期に必要。 季節を問わず重宝するので◎。		
	コンビ肌着	4~5枚	短肌着の上に重ねて。 お部屋着としても使える。		
	ツーウェイオール	4~5枚	成長に合わせて、「ドレス型」と 「カバーオール型」をチョイス。		
	ミトン	1~2枚	顔やお肌を傷つけないために。		
	ソックス	2~3枚	保温の役目も。 お出かけ時や冷房対策にあると安心。		
	レッグウォーマー	1~2枚	裸足の赤ちゃんの保温に丁度良い。		
	ベスト	1~2枚	季節の代わり目に重宝。		
オムツグッズ	紙オムツ	1~2パック	1日7~10枚ほど使用。		
	おしりふき	1箱(12個程度)	オムツ替えの時に必要。多めの準備を。		
	おしりふきウォーマー	必要数	冬でもおしりが寒く無いように。		
	オムツ用ゴミ箱	1個	消臭機能付きのものがベター。 ゴミ袋とあわせて用意。		
授乳・ミルク	哺乳瓶	1~2本	新生児期は120~150mlのものを、 外出用にはプラスチック製が◎		
	粉ミルク	小さめ1缶	母乳育児を目指す人は産後の状況で購入。		
	哺乳瓶消毒器・洗剤	必要数	食品にも使用されている成分が 主原料のものが安心。		
	哺乳瓶ブラシ	1~2本	哺乳瓶の素材によって使い分け。 ※ガラス: ナイロン、プラ・ポリ: スポンジ		
	授乳クッション	1個	授乳時に腰や腕にかかる負担を軽減。 ミルク授乳にも活躍。		
	ガーゼハンカチ	10~15枚	様々なシーンで活躍。 ガーゼ素材がベスト。		
お出かけ	チャイルドシート	1台	退院時に車で帰宅する場合は すぐに必要。		
	おくるみ	2~3枚	通気性の良い素材がおすすめ。		
	セレモニードレス	1枚	退院時やお宮参り、特別なおでかけ用に。		
	防寒アイテム	1枚	抱っこしたまま羽織れるマントや ケープがおすすめ。		
	帽子	1枚	頭も寒さからしっかりと守って。		

	準備するもの	数	お役立ちメモ	チェック	メモ
ベビー寝具	ベビーベッド	1台	床面から近いとほこりが舞いやすいので 注意。		
	ベビー用布団 ・カバー	1組+2組	敷き布団・掛け布団(厚手、薄手) ・まくら一式のセットを。		
	ブランケット	1枚	お昼寝用に。外出時は 防寒対策としても活用。		
	キルトパッド	2~3枚	寝る時に引いておくと、汗だけでなく おしっこも吸収する役目も。		
	毛布	1枚	1年中使える綿素材がおススメ。 お布団と重ねて調節を。		
	スリーパー	1~2枚	お腹や肩を守って寝冷え防止に。		
	加湿器 ・空気清浄機	必要数	乾燥対策や風邪対策予防に。		
お風呂	ベビーバス	1個	シンクタイプ、折り畳みタイプ、 空気で膨らませるタイプなどが便利。		
	沐浴ガーゼ	2~3枚	沐浴の時にくるんだり、 手足に掛けてあげると安心。		
	バスタオル	3~5枚	大判の正方形やフード付きの ポンチョタイプが便利。		
	ベビーソープ	1個	低刺激・無香料のものをチョイス。		
	ベビーローション	1本	お肌の保湿対策に。 乾燥しやすい肌に潤いを。		
	湯温計	1個	沐浴の適温が一目でわかって便利。		
ベビーグッズ	ベビー綿棒	1個	おへそや耳、鼻などのお手入れに。		
	ベビー爪切り	1個	先端が丸くなっている赤ちゃん専用の はさみタイプがおすすめ。		
	清浄綿	1箱	授乳時に乳首や手を拭いたり、 赤ちゃんの目や口を拭く用に。		
	体温計	1個	短時間で検温できる赤ちゃん用を。 1日1回の検温に。		
	ベビー衣料洗剤	1本	漂白剤や漂白剤などの成分を含まない 無添加タイプを。		
	鼻水吸引器	1個	鼻詰まりしやすい冬にあると良い。 中耳炎防止にも。		
	温湿度計	必要数	湿度や温度に気をつけることで 乾燥や感染症対策を。		

MEMO