

## 12月生まれの出産準備品リスト

生まれてくるお子さんに最適な環境を整えるためのもの、育児の負担を軽くしてくれる便利グッズなどを一覧表にいたしました。プリントアウトしていただき、準備するもののチェックリストとしてお使いください。

チェック	アイテム	ポイント	数
肌着・ウェア			
<input type="checkbox"/>	短肌着	前で合わせてひもで結ぶタイプの肌着で、着丈が腰までの短いものです。上半身だけなので、おむつ替えしやすいです。およそ生後3ヶ月くらいまで使います。	5~7枚
<input type="checkbox"/>	コンビ肌着	短肌着の上に重ねて着せる保温のための肌着です。スナップがついていて、足を動かしてもはだけない作りになっています。	5~7枚
<input type="checkbox"/>	ボディスーツ	かぶりのものや前開きのものがあり、股下はスナップボタンになっています。寝かせたまま着せられる前開きのものが便利です。	5枚程度
<input type="checkbox"/>	カバーオール	Tシャツとパンツが一体になったつなぎです。股下から足元までスナップボタンになっていて、寝かせたままおむつ替えできます。1ヶ月以降にメインとなるので厚手のものがよいでしょう。	5枚
<input type="checkbox"/>	ツーウェイオール	ボトムスのスナップボタンを留め替えて筒型スタイルとカバーオールスタイルの両方で着せられます。	5枚
<input type="checkbox"/>	ベスト	手軽に体温調整ができて便利です。	1枚
<input type="checkbox"/>	セレモニードレス	お宮参りなどの特別な時に着せる、赤ちゃん用のフォーマルウェアです。	1枚
<input type="checkbox"/>	アフガン (おくるみ)	タオル地、ガーゼ地、木綿地などの正方形の布です。赤ちゃんを包むためのもので、抱っこする時にくるんだり、寝ている時にかけたりします。素材違いで用意するとよいでしょう。	3枚
<input type="checkbox"/>	帽子	紫外線から赤ちゃんを守ったり、防寒だったり、1年を通して必要です。	1個
<input type="checkbox"/>	ソックス	保温のために履かせる靴下です。	5~6足
<input type="checkbox"/>	スタイ	授乳時にミルクの吐き戻し用につけたり、2ヶ月頃からはよだれ用につけたりします。	2~3枚
<input type="checkbox"/>	ミトン	爪で顔を引っかくのを防いだり、体温調整に使ったりします。	1~2組
<input type="checkbox"/>	肌着洗い	赤ちゃんにも安全な成分を使った洗剤です。	1本

チェック	アイテム	ポイント	数
おむつ関連			
<input type="checkbox"/>	おしりふき	デリケートな赤ちゃんの肌を傷つけないように、肌に優しい素材で水分を多く含んだ紙や布です。	1~3 パック
<input type="checkbox"/>	おしりふきウォーマー	おしりふきを温める機械です。暖かいおしりふきでおむつ替えを快適にします。	1台
<input type="checkbox"/>	おむつカバー	布おむつを使う際に、おむつを赤ちゃんに固定して漏れを防ぐものです。	3~5枚
<input type="checkbox"/>	布おむつ	布製のおむつです。おむつカバーと一緒に使います。	20~30 枚
<input type="checkbox"/>	おむつライナー	布おむつに敷いて使うパッドです。洗濯をラクにしたり、おしっこを吸収しておむつかぶれを防いだりします。	1箱
<input type="checkbox"/>	紙おむつ	吸収剤を使った、使い切りタイプのおむつです。紙おむつと呼んでいますが、表面は不織布を使用したものがほとんどです。	1~2 パック
<input type="checkbox"/>	おむつバケツ	フタのついた使用済みおむつを入れておくバケツです。臭いもれを防ぎます。	1台
赤ちゃんのケア用品			
<input type="checkbox"/>	綿棒	おへそや耳や鼻のお手入れなど、赤ちゃんのケアに欠かせないアイテムです。赤ちゃん用として軸が細くなっています。	1パック
<input type="checkbox"/>	爪切り用ハサミ	安全を考え、先が丸くなっているハサミです。	1個
<input type="checkbox"/>	清浄綿	消毒液を染み込ませて滅菌した脱脂綿です。赤ちゃんの顔を拭いてあげたり、授乳時に乳首を吹いたりすると重宝します。	1箱
<input type="checkbox"/>	ベビー用体温計	赤ちゃん専用で硬さや形などを工夫した体温計です。	1本
<input type="checkbox"/>	温湿度計	体温調節が未熟な赤ちゃんのために、お部屋の温度や湿度をこまめにチェックします。乾燥状態を把握するために部屋ごとにあると便利です。	2~3個
<input type="checkbox"/>	鼻水吸引器	鼻づまりを起こした時に詰まった鼻水を吸引します。スポイト式や、口で吸うタイプ、電動式のものがあります。	1個
<input type="checkbox"/>	ベビー用オイル	保湿して乾燥を防いだり、マッサージに使ったりします。	1本
<input type="checkbox"/>	ベビー用ローション	肌の乾燥を防ぐための乳液です。	1本
<input type="checkbox"/>	ベビー用パウダー	あせもやかぶれを予防するパウダーです。	1個

チェック	アイテム	ポイント	数
<input type="checkbox"/>	ベビー用くし、ブラシ	赤ちゃんの細い髪にも優しい、やわらか素材などで作られたくしやブラシです。	1本
<b>お風呂グッズ</b>			
<input type="checkbox"/>	ベビーバス	沐浴に使う容器です。プラスチック製のものや空気で膨らますビニール製のもの、シンクで使えるものなど、様々な種類があります。	1個
<input type="checkbox"/>	湯温計	お風呂に入れる際にお湯の温度を計るための温度計です。	1個
<input type="checkbox"/>	ベビー用ソープ	デリケートな赤ちゃんの肌に見える低刺激な石鹸です。液体のもの、固体のものがあります。	1個
<input type="checkbox"/>	ベビー用シャンプー	デリケートな赤ちゃんの肌に見える低刺激なシャンプーです。	1本
<input type="checkbox"/>	バスタオル	赤ちゃんを包みやすいように正方形のものや大きめのものがあります。	2〜3枚
<input type="checkbox"/>	ガーゼタオル	沐浴の時に赤ちゃんの体にかけてあげます。	2枚
<input type="checkbox"/>	ガーゼハンカチ	沐浴の時に赤ちゃんの体を拭いてあげたり、おっぱいを拭いたり、使用場面はたくさんあります。	10〜20枚
<b>授乳・調乳グッズ</b>			
<input type="checkbox"/>	哺乳びん	赤ちゃんにミルクを飲ませる時に使います。耐熱ガラスでできたものやプラスチック製のものがあります。	1〜2本
<input type="checkbox"/>	乳首	哺乳びんにつけて使う飲み口です。	1〜2個
<input type="checkbox"/>	粉ミルク	赤ちゃんのための育児用ミルクです。乳児用のものと離乳食以降に栄養を補うために与えるフォローアップミルクがあります。	1缶
<input type="checkbox"/>	ミルクケース	粉ミルクを1回分ずつ計り分けておけるケースです。	1個
<input type="checkbox"/>	哺乳びんバサミ	哺乳びんを消毒する際に哺乳びんをつまむトングのような道具です。	1本
<input type="checkbox"/>	哺乳びん洗い洗剤	安全性に配慮して作られた、哺乳びんを洗うための洗浄剤です。	1本
<input type="checkbox"/>	哺乳びん消毒器	哺乳びんを消毒する際に使うケースです。消毒液を入れてつけたり、電子レンジで煮沸したりして消毒します。	1個
<input type="checkbox"/>	ウォーターサーバー	調乳に適温のお湯がすぐに使えるから、赤ちゃんを待たせずにミルクが作れます。	1台

チェック	アイテム	ポイント	数
<input type="checkbox"/>	ボトルブラシ	哺乳びんを洗うためのブラシです。底まで洗えるよう、長いワイヤーブラシやスポンジがあります。	1本
<input type="checkbox"/>	乳首ブラシ	哺乳びんに使う乳首を洗う専用のブラシやスポンジです。	1本
<input type="checkbox"/>	ボトルケース	哺乳びんを持ち歩く際に収納するケースです。	1個
<input type="checkbox"/>	搾乳器	授乳以外の目的で母乳を出す際に使う器具です。手動式のもの、電動式のものがあります。	1個
<input type="checkbox"/>	母乳パッド	授乳していない時に染み出した母乳を吸いとるためのパッドです。	1箱
<input type="checkbox"/>	母乳冷凍グッズ	搾乳器で搾乳した母乳を冷凍保存するための容器です。チャックで止める袋タイプのもものとボトルタイプのもものがあります。	必要に応じて
<input type="checkbox"/>	授乳クッション	授乳時に赤ちゃんを支え、母親の負担を軽減するためのクッションです。	1個
<input type="checkbox"/>	授乳ケープ	外出先などで母乳を与える際、目隠しするためのケープです。	1枚
寝具・インテリア用品			
<input type="checkbox"/>	ベビーベッド	赤ちゃん用のベッドです。高さがあり、ほこりなどから赤ちゃんを守る他、おむつ替えや着替えもラクに行えます。使用期間が限られるため、レンタルで使う方も多いです。	1台
<input type="checkbox"/>	布団セット	赤ちゃん用の布団一式セットです。	1組
<input type="checkbox"/>	布団カバー・シーツ	布団セットに合わせ、小さいサイズのカバーやシーツです。	2~3枚
<input type="checkbox"/>	肌掛け布団	お昼寝の際にかけたり、温度調節で使ったりします。	1枚
<input type="checkbox"/>	タオルケット・綿毛布	夏掛けとして使います。赤ちゃんが小さいうちはバスタオルでも代用できます。	1枚
<input type="checkbox"/>	スリーパー	寝ている際、布団を蹴ってしまっても寝冷えしないように、パジャマの上から着せるものです。	1枚
<input type="checkbox"/>	枕	後頭部が収まるようドーナツ状になっているものや筒状のものなど、形や素材が様々なものがあります。	1個
<input type="checkbox"/>	メリー	仰向けに寝た赤ちゃんの顔の上に設置し、おもちゃが回り、音が鳴る機器です。ベビーベッドに取り付けるタイプや床置き型のもものがあります。	1台

チェック	アイテム	ポイント	数
<input type="checkbox"/>	ハイ&ローチェア	高さを変えられ、ゆりかごのように揺ることができる、リクライニングチェアです。タイヤが付いていて、母親のそばに移動できます。手動のものと電動のものがあります。	必要に応じて
<input type="checkbox"/>	バウンサー	赤ちゃんが自分で動くことで、バウンドするように揺れる椅子です。	必要に応じて
<input type="checkbox"/>	プレイマット	赤ちゃんが遊べるようぬいぐるみやアーチが付いたマットです。音が鳴るものなど様々な工夫が凝らされています。	1セット
<b>おでかけグッズ</b>			
<input type="checkbox"/>	ベビーキャリア (抱っこひも)	おんぶしたり抱っこしたりする際に使います。	1個
<input type="checkbox"/>	ベビーカー	A型やB型というタイプがあります。首がすわっていない乳児も乗れるものがあります。	1台
<input type="checkbox"/>	チャイルドシート	赤ちゃんを自動車に乗せる際に必要となります。	1台
<input type="checkbox"/>	マザーバッグ	授乳用具や着替えなど乳児に必要な多くの荷物を入れるカバンです。	1個
<input type="checkbox"/>	おむつ替えシート	外出先などでおむつを変える際に下に敷くシートです。	1枚
<input type="checkbox"/>	おむつポーチ	おむつとおしりふきを一緒に収納できるポーチです。	1個
<input type="checkbox"/>	消臭ポーチ	外出時など、使用済みのおむつを捨てられない時に入れておくための密閉式のポーチです。	1個
<input type="checkbox"/>	おもちゃ	手や指をたくさん動かせるもの、視覚、聴覚、触覚を刺激するものが多いようです。	必要に応じて
<input type="checkbox"/>	ベビーカー・チャイルドシート用マット	汗を吸い取るものや、保冷剤をセットして体温を下げるもの、汚れを防ぐものなど、様々なものがあります。	必要に応じて
<input type="checkbox"/>	ベビーカー用レインカバー	ベビーカーにすっぽりかぶせて使います。急な雨でも対応できるよう、コンパクトに畳んだものを常備すると安心です。	1枚