



# はじめてママの / 出産準備リスト



コンビミニのクマちゃん

## 01\_新生児ウェア

必要枚数 合計5・6枚

Q 部屋着とお出かけ着の区別はあるの？

A 0～3カ月頃までの新生児ベビーは一日のほとんどを寝て過ごすので、部屋着とお出かけ着の区別はつけないでOK。

Q 何枚くらい買っておけばいいの？

A ミルクの吐き戻しやオムツ替えで汚れることが多く、5・6着は準備が必要です。

**大人気** **ラップクラッチ(カバーオール)**  
 あんよが元気に動きはじめた赤ちゃんのパンツ型ウェア。  
 ワンタッチテープ仕様なので、ボタンの掛け間違いもなくお着替え・オムツ替えがグツとスムーズです！

**ラップドレス(ベビードレス)**  
 ママと赤ちゃんが疲れをいやす、1カ月頃までのドレス型ウェア。  
 裾をサツとめくるだけでオムツ替えができます！

必要枚数  
～2枚  
Check!



必要枚数  
～4枚  
Check!



**セレモニーウェア**  
 退院からお宮参り(生後1カ月)、お食い初め(生後3カ月)まで、可愛く長く着まわせるはじめてのおめかしウェアがおすすめです。

必要枚数  
1枚  
Check!

## 02\_肌着

必要枚数 合計10枚

Q 肌着って着せなくちゃいけないの？

A 汗やオムツから漏れる汚れを吸収してくれるので、お洋服やお布団など大きな洗濯物を軽減できます。

Q 何枚くらい買っておけばいいの？

A お洋服の下に着るためオムツからの汚れなどが多く、一日に何回も着替えさせることがあります。洗い替え用に、形違いで合わせて10枚は準備が必要です。

**大人気** **ワンタッチ肌着(短肌着)**  
 裾が腰あたりまでの長さで、ベビー肌着の定番の形。  
 そのままでオムツ替えができるので楽チンです。  
 首すわり前の赤ちゃんに着せやすいように前が開いていて、紐で結ぶタイプが多いですが、ワンタッチテープで留めるタイプだとお着替えがさらにスムーズでオススメです。

**コンビ肌着**  
 おしりまで覆えて、オムツから漏れる汚れも肌着でカバーできます。  
 その分、短肌着より汚れることが多いので多目の準備がオススメです。  
 股下にスナップボタンが付いているのでオムツ替えの際は股下のスナップのつけ外しが必要ですが、あんよを動かしてもはだけず赤ちゃんも動きやすい形です。

必要枚数 ～5枚 Check!

必要枚数 ～5枚 Check!

## 03\_ベビーふとん

必要個数 各1セット(1台)

Q 大人の布団に寝かせちゃダメなの？

A 赤ちゃんの体は骨や機能が未発達のため、とてもやわらか。睡眠時間も16～20時間と、一日の大半をお布団で過ごします。また、汚れることも多いです。そんな赤ちゃんの体のことを考えると、大人のお布団でなく、ベビーふとんが最適です。

**大人気** **ベビーふとん「きれいがスヤスヤ」**  
 赤ちゃんの安心・快適を考えたアイテムが揃ったセットがおすすめです。

**ベビーベッド**  
 高さがあることでホコリから赤ちゃんを守ります。ママのお世話の時の腰の負担軽減にも！



## 04\_コーディネートグッズ

Q コーディネイト小物って必要な？

A 赤ちゃんは体温調節が苦手。あんよを触って冷えているようだったら、ベストやソックスを着せて体温調節してあげましょう。洗い替え用と2枚ずつの用意がオススメです。

★ 秋冬ベビーのお洋服のポイント

寒い季節でも、暖かいお部屋で過ごすときは厚手の肌着やお洋服を着せ込むより、こまめに調節してあげられるベストのほうが活躍！厚着させすぎは、汗が冷えて風邪をひいてしまう場合も…!?



### 🐾 新生児キャップ

頭の保護に、防寒に、おめかしに。1つあると便利です。

必要枚数

1・2枚



Check!



### 🐾 スタイ(よだれかけ・ビブ)

ミルクの吐き戻しやよだれを可愛くカバー。お洋服とコーディネートしておめかしにも。

必要枚数

1・2枚



Check!



### 🐾 ベスト

あんよを触って冷たかったら、お洋服の上にベストを着せてあげましょう。

必要枚数

1・2枚



Check!



### 🐾 靴下・レッグウォーマー

おめかしや、寒い時期の防寒に。レッグウォーマーは長く使え、夏には腕やあんよの日焼け対策にも活躍します。

必要枚数

1・2枚



Check!



### 🐾 ミトン

赤ちゃんのおつめは伸びるのも早く、意外と痛いもの。自分のお顔を引っ掻いてしまわないように、ミトンで可愛くカバーします。

必要枚数

1・2枚



Check!



### 🐾 マルチケット(おくるみ・アフガン)

授乳や抱っこ時のおくるみに。赤ちゃんを安定して抱っこできます。お昼寝のときの上掛けにも便利です。

必要枚数

1・2枚



Check!

## 05\_オムツグッズ



必要枚数

- ・コンパクトオムツ 10~20枚
- ・オムツネット 3~5枚
- ・オムツカバー 2~3枚



Check!

### 🐾 コンパクトオムツ(布オムツ)

たたむ手間のない成型タイプの布オムツは、はじめてママも気軽に始められます。

### ★ 布オムツを愛用するママが増えています

新生児は1日に10回以上オムツ替えをします。布オムツなら繰り返し使えるので、環境に優しく経済的！紙オムツより取り替える回数は増えますが、その分赤ちゃんがたくさん触れ合えると、布オムツを愛用するママが増えています。

## 06\_バスグッズ



大人気

必要個数

- ・ベビーバス 1つ
- ・ガーゼ入浴用 2枚~
- ・ガーゼハンカチ 10枚



Check!

### 🐾 ガーゼグッズ

バスタイムや授乳時のミルクこぼし、汗ふきにと、1日を通して大活躍のガーゼはベビーライフの必需品。タオルより乾くのが早く、かさばらないのでおでかけ時にも助かります。

### ★ お風呂も赤ちゃん用が必要です

生後1カ月くらいまでの新生児は抵抗力が弱く、とつてもデリケート。だから、お風呂も専用のベビーバスを使用します。

## 07\_ミルクグッズ



必要個数 各1つ



Check!

### 🐾 哺乳びん

出産準備では、0~3カ月頃までの赤ちゃんに適したSサイズの乳首と、ムダの出ない100mlサイズの哺乳瓶がおすすめです。

Q 母乳で育てるけど哺乳びんも必要なの？

A 産後すぐや、体調によって母乳が出ない時、家族に授乳をお願いする時に必要な哺乳びん。どんな時もママのおっぱいと同じようにミルクを飲むように、母乳の飲み方と赤ちゃんのお口の成長を考えたミルクグッズを選びましょう。

## 08\_おでかけグッズ

必要台数 各1台(1つ)

Q おでかけグッズも出産前に準備するの？

A 赤ちゃんが生まれてからの外出はなかなかできないもの。出産前にご家族と一緒にゆっくり選ぶのが理想的です。退院時に車を使う場合は、予定日より余裕をもってチャイルドシートを車に取り付けましょう。

### 🐾 チャイルドシート

6歳未満の幼児に義務づけられており、新生児にも必要です。退院には新生児に対応したものを準備しましょう。



Check!

### 🐾 ベビーカー

新生児(首がすわる前)には、フラットまでリクライニングするベビーカーを使用します。



Check!

### 🐾 抱っこひも

赤ちゃんの落下防止や、ママ・パパの肩にやわらかくフィットするベルトなど、安心&快適のための機能で選びましょう。



Check!

