

3・4・5月  
生まれの

 o-BABY.net

## 春の出産準備リスト

3,4,5月にご出産予定のご家族へ。まず「我が家に必要なアイテムはどれかな?」とご検討いただき、新たな生活にぴったりなベビー用品を準備していきましょう。

### 肌着/ウェア

出産準備中は「コンビ肌着」「ドレスオール」のご購入がオススメです。その後は必要に応じて買い足していきましょう。

短肌着  
700~1,500円 × 1~3枚



裾が短い肌着。一番内側に着せます。  
リボン結びするタイプや、着脱しやすいスナップボタンタイプも。

コンビ肌着  
700~1,500円 × 4~5枚



短肌着の上に重ねたり、室内ではコンビ肌着だけでの使用も。  
股下スナップボタンがついているので、足をバタつかせてもはだけません。

2WAY オール  
800~1,500円 × 2~3枚



新生児期はワンピース型に、足の動きが激しくなったら股下のスナップボタンを留めて長く使用できます。

ボディースーツ  
800~1,500円 × 2~3枚



足を覆わない、股部分でスナップボタンを留めるウェア。  
頭から被るタイプや、スナップボタンでとめるタイプがあります。

ロンパース  
500~1,500円 × 2~3枚



股下がズボンのように分かれたウェア。  
足の動きが活発になり始めてから活躍します。

汗取りパッド  
500~1,500円 × 2~5枚  
生後3~12ヶ月ごろ使用します



体温調整ができない赤ちゃん。気づくと汗びっしょりなんてことも。  
汗冷え防止のケアをしてあげましょう。

ベビー用洗剤  
500~1,000円 × 1個



肌に直接触れるものを洗う洗剤は、専用洗剤で洗ってあげてください。

セレモニードレス  
3,000~8,000円 × 1着  
退院時、お宮参りに使用します



退院時に写真を撮りたい場合は準備しておきましょう。  
レンタル or 普段使いできるタイプの方がおすすめ◎

スタイ  
500~3,000円 × 2~3枚



吸収性のいいものがおすすめ。授乳時にも便利。  
歯が生えて、よだれがたくさん出始める頃に追加購入を。

ソックス  
200~500円 × 2~3足



お出かけ用に準備しておく◎  
肌触りの良いものを選んであげてください。

帽子  
1,500~3,000円 × 1個



お出かけの時に寒さから頭を守ってくれます。  
ニットやモコモコ素材の帽子など、さまざまな種類があります。

ベビーブルマ  
500~2,000円 × 1着



レッグウォーマーに合わせたり、ワンピースの中に履いたり、2歳頃まで使えるサイズが便利です。

### ベビー寝具

退院したら即必要なので準備必須！里帰り先、自宅どちらにも使用できると便利です◎

ベビー布団  
8,000~3,000円 × 1組



一日の大半を寝て過ごす赤ちゃん。  
寝室やリビングなど、昼夜の寝床が必要になります。  
持ち運びに優れた寝具を選べばママも赤ちゃんもメリットに。

ベビーベッド  
15,000~30,000円 × 1台  
生後0~12か月ごろ使用します



寝室の間取りや、ベッドを使用しているか?などママパパの睡眠環境と照らし合わせて決めましょう。

スリーパー  
2,000~5,000円 × 1着



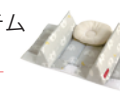
お布団がわりに着せてあげるとはだけないので、寝冷えも安心です。  
大きくなってから使える 2way タイプがオススメ。

おくるみ  
2,000~5,000円 × 1~2枚



赤ちゃんはくまれると安心します。  
授乳、お出かけ時などマルチに使えるタイプが◎

寝返り防止アイテム  
3,000~6,000円 × 1個  
生後0~12か月ごろ使用します



寝返りし始めたら窒息予防に準備しましょう。  
寝ている間に頭をごつつんで起きてしまう活発な子は、寝返り前からの使用もオススメです。



## ベビー寝具

退院したら即必要なので準備必須！里帰り先、自宅どちらにも使用できると便利です◎

- ベビーモニター  
5,000~15,000円 × 1台



寝室の赤ちゃんの様子をチェックしてくれます。  
夜のおねんね中、日中ママが家事をしているときのサポートに。



- ベビー枕  
2,000~5,000円 × 1個



お布団とセットになっていることもあるので要チェック。  
腕を通して授乳サポートしてくれるタイプも。



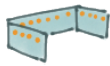
- ベッドメリー  
3,000~10,000円 × 1個



音や色でベビーの五感を刺激してくれます。  
ベビースペースが華やかに。



- ベッドガード  
3,000~5,000円 × 1個



赤ちゃんが寝返りを打ちだす頃までに準備。  
ベッド柵のぶつかり防止や、エアコンの風避けにも◎



- 授乳用ライト  
1,500~3,000円 × 1個



夜間の授乳時に重宝します。  
暗い中でもスイッチの押しやすいタイプがオススメです。



- サーキュレーター  
3,000~10,000円 × 1個



エアコンで調節した空気を、効率よく循環させてくれます。  
快適なおねんねのサポートに。



## 授乳

授乳が意外と腰や腕に負担がかかります。最低限のものは準備して、産後に様子を見ながら買足していきましょう。

- 哺乳瓶、乳首  
1,500~3,000円 × 1~2本



母乳派のママも準備を。  
搾乳した母乳、さまし湯やお茶を飲ませる時にも使います。  
おうちではガラス製、おでかけにはプラスチック製が◎



- 授乳クッション  
2,500~4,000円 × 1個  
生後0~10か月ごろに使用します



一日に何度も授乳するママの負担を軽減してくれる授乳クッションはあ  
ると便利。ぜひ検討してください。



- 授乳ピロー  
3,000~5,000円 × 1個  
生後0~10か月ごろに使用します



普段はベビー枕として、授乳の際は腕を通して使用します。  
慣れない授乳姿勢のサポートに。



- 抱っこ布団  
2,000~4,000円 × 1個  
生後0~10か月ごろに使用します



赤ちゃんを包み込みながら授乳できるクッション。  
そのまま寝かせるときの背中スイッチ対策にも！



- 授乳ケープ  
2,000~5,000円 × 1個



外出時や車内など、人目のあるところでも授乳が可能に。  
ブランケットとしても使える多機能タイプがオススメです◎



- 搾乳器  
2,500~10,000円 × 1個  
生後0~3か月ごろに使用します



母乳をスムーズに搾ることが出来、家族に赤ちゃんをお世話してもらう  
時や、乳腺トラブル時にも使えます。



- 哺乳瓶洗剤  
800~1,500円 × 1個



電子レンジ消毒や薬液消毒があります。  
煮沸消毒であれば専用グッズは不要です。



- 哺乳瓶洗浄ブラシ  
300~1,000円 × 1個



哺乳瓶を清潔に使用するために準備しましょう。  
哺乳瓶、乳首の購入時に一緒に購入するのがオススメです。



- 沐浴 / バス用品

沐浴サポートグッズを上手につかって楽しく沐浴を行い、赤ちゃんにもお風呂好きになってもらいましょう。

- ベビーバス  
2,000~7,000円 × 1個  
生後0~1か月ごろ使用します



一緒にお風呂に入れるようになるまでの新生児の沐浴用に。  
レンタルや安価なビニールタイプもあります。



- バスタオル・ポンチョ  
3,500~7,000円 × 1個



湯上がり後、寝かせてそのまま拭けるように大きめのタオルは重宝しま  
す。頭までくるフード付きもオススメ。



- 沐浴剤  
700~1,500円 × 1個  
生後0~1か月ごろ使用します



保清と保湿の効果が、身体も洗える入浴剤。  
ママの体力が戻っていない間は時短になるので便利です。



## 沐浴 / バス用品

沐浴サポートグッズを上手につかって楽しく沐浴を行い、赤ちゃんにもお風呂好きになってもらいましょう。

ベビーソープ  
500~1,500円 × 1個



赤ちゃんの肌はデリケートなので専用の低刺激の物を準備してください。



ベビーローション  
700~2,500円 × 1個



ママよりずっと乾燥肌でバリア機能も未熟なベビーには、きちんとした保湿対策が必要です。



ガーゼ  
800~1,500円 × 1セット(10枚入)



沐浴に使ったり、授乳時や汗を拭いたりする時にも使います。首の後ろで留めてスタイとして使うのも◎



ベビーつめきり  
800~4,000円 × 1個  
生後0か月ごろ~使用します



ベビーの指は小さいので専用のつめきりが必要に。はさみタイプが個人的には切りやすくてオススメです。



ベビー綿棒  
200~500円 × 1箱



耳、鼻、おへそなどのお掃除に。細めのベビー専用タイプです。



体温計  
200~500円 × 1箱



耳家族共有のものでも大丈夫ですが、赤ちゃんはなかなかじっとしてられません。非接触タイプや耳、おでこで測るタイプも検討してみてください。



鼻吸引器  
1,000~15,000円 × 1個  
生後0~24か月ごろ使用します



赤ちゃんは自分で鼻をかめないで、鼻吸引機は必須！中耳炎の予防にも◎手動タイプ、電動タイプがあります。



バスチェア/クッション  
3,000~5,000円 × 1個  
生後0~12か月ごろ使用します



安定した姿勢で沐浴できます。ママが身体を洗っている間、座らせて待たせておくのにも便利。



温湿度計  
1,000~3,000円 × 1個



赤ちゃんの肌はとてもデリケートなので赤ちゃんのいる部屋の湿度はこまめにチェックしてあげましょう。



湯温計  
500~1,500円 × 1個



沐浴用のお湯の計測に。お風呂に差し込むタイプ、浮かべて使用するタイプがあります。



ケシ  
500~2,000円 × 1個



大人用のモノよりやわらかかったり、丸みを帯びていたりしています。



## おむつ

使用済みのおむつ用ゴミ箱など、産後準備するのは大変なので予め準備しておきましょう。

紙おむつ  
1,500~2,000円 × 2パック



新生児期はおむつ替えが頻繁。一日に8~10枚ほど使います。布おむつ派の方も準備しておく安心です。定期便を利用するのも◎



おしりふき  
800~1,000円 × 2パック(8個入)



家用、お出かけ用と分けて準備すると便利です。お出かけ用はコンパクトなタイプを選びましょう。



おむつ用ゴミ箱  
2,000~8,000円 × 1個



ゴミ収集日までの匂い対策が必須です。消臭機能付きのゴミ箱やゴミ袋は必需品。



おむつ用ポーチ  
2,000~4,000円 × 1個



外出時など使用済みオムツを捨てる環境がない場合などに必要に。消臭機能付きがオススメです。



おしりふきのフタ  
200~500円 × 1個



日々のおむつ替えはもちろん、背中濡れなど急なお世話の際に助かります。乾燥防止にも◎



おむつ替えマット  
1,000~2,000円 × 1枚



外出先や、お布団を汚さないために。コンパクトに畳めるタイプがお出かけ時も使いやすくてオススメです。



おむつ収納BOX  
2,000~5,000円 × 1個



おうちの中どこへでも移動できるキャスター付きが便利。保湿クリーム、お着替えを入れても◎





## おでかけ

移動手段、ご自身の体型や身長、ママ/パパで兼用して使うのか、など様々なことを想定して選ぶことをおすすめします。

- ベビーカー  
20,000~80,000円 × 1台



シートの向きやタイヤの数、折りたたみ方…さまざまなタイプがあります。持ち運びから収納まで、生活スタイルを確認してお選びください。



- チャイルドシート  
10,000~60,000円 × 1台



義務化されているので車に乗せる時は必須。退院時、病院から車で帰宅する場合は予めご準備を。



- 抱っこ紐  
8,000~30,000円 × 2~3個



室内、屋外も使う場面が多いアイテム。長時間の使用に適した多機能タイプ、着脱や持ち運びなどに便利なタイプなど、複数個もつことを念頭に。



- ケアアイテム  
700~2,000円 × 1~2個  
生後6か月ごろ~使用します



赤ちゃんのお肌はとってもデリケート。日差しや虫など、外の刺激から守ってあげましょう。お肌にやさしいベビー用がオススメです。



- 母子手帳ケース  
2,000~5,000円 × 1個



母子手帳や診察券など、大切な書類はひとつにまとめて保管すると◎。妊娠初期~子育て期まで長く使用するので、お気に入りを見つけてみてください。



- レインカバー  
2,000~5,000円 × 1個



お出かけ中や兄弟の送迎など、どうしても雨の日に出かける日があることも。準備しておくでグンと行動範囲が広がります。



- マザーズバッグ  
5,000~15,000円 × 1個



デザイン性ももちろんですが、おむつやガーゼ、飲み物などのお世話グッズを持ち歩くので、ポケットがたくさんついた収納力のあるバッグが◎



- ブランケット  
2,000~5,000円 × 1枚



風よけ、日差しよけなど色々出番の多いブランケット。持ち運びやすいサイズがオススメです。



- お出かけ用トイ  
300~5,000円 × おまかせ



ベビーカーやチャイルドシートに付けられるリング付き、もしくはひも付きのおもちゃが◎



## おへや

新生児期から乳児期まではお部屋で過ごす時間が多くなります。機能的な育児グッズを取り入れ、おうち時間を快適に。

- プレイマット  
6,000~20,000円 × 1個



赤ちゃんの視覚 / 聴覚 / 触覚を刺激する仕掛けがあるので、ねんねの赤ちゃんの好奇心を刺激します。



- ベビーゲート / サークル  
5,000~15,000円 × 適宜  
生後5か月ごろ~使用します



キッチンや階段など、おうちの中には危険がいっぱい。ずり這い、ハイハイ、つかまり立ちを始める前に準備を。



- 安全グッズ  
500~2,000円 × 適宜  
生後5か月ごろ~使用します



引き出しや冷蔵庫を開け閉めしたり、コンセントの穴に指を入れたり…お部屋の中の危険ゾーンを確認し、ドアロックやコンセントの蓋の準備を。



- バウンサー  
8,000~30,000円 × 1個  
生後0~6か月ごろ使用します



赤ちゃんの動きに連動して揺らせるバウンサーはリビングでの居場所確保にも大活躍。リラックスしていつのまにか眠っています。



- ベビーラック  
10,000~20,000円 × 1個  
生後0~6か月ごろ使用します



新生児期の寝かし付けのサポートで使えます。離乳食時はお食事イスとして使用できるものも◎



- ベビータンス / 収納棚  
3,000~10,000円 × 1個



肌着やガーゼなど、赤ちゃんの小物を清潔に保つ場所があると便利です。赤ちゃんが大きくなってからも使いたくなる物がオススメです。



- 加湿器 / 空気洗浄機  
8,000~20,000円 × 1個



赤ちゃんはおへやの乾燥やハウスダストにも敏感。目に見えないおへやの空気も整えましょう。



- おへや用トイ  
300~5,000円 × おまかせ



赤ちゃんの月齢によって興味のあるものが変わりますが、ビニール袋のかさかさ音はみんな好きかもしれません…。





## マタニティアイテム (妊娠初期～産前)

ママの身体はホルモンバランスの変化によりとってもデリケートになります。乾燥し易い時期なので、お手入れグッズも必須。

### □ マタニティブラ

2,000~4,000円 × 1組(3枚入)  
妊娠2か月～出産まで使用します



出産に向けてバストのサイズ・カップが大きくなります。乳腺や乳管の発達を阻止しないよう、サイズに合うものを用意しましょう。



### □ マタニティショーツ

1,000~2,000円 × 2組(3枚入)  
妊娠4か月～産後1か月ごろ使用します



お腹を守ったり、冷え対策に。お腹のサイズダウンのタイミングや、着心地のよさから普通のショーツへ戻すタイミングは人それぞれのようです。



### □ 妊娠帯

2,000~5,000円 × 1個  
妊娠4か月～産後1か月ごろ使用します



大きくなっていくお腹を支えます。冷えから守ったり、腰や背中への負担を軽減してくれるものも。



### □ マタニティウェア

2,500~5,000円 × 1個  
妊娠3か月ごろ～使用します



授乳口のあるタイプなど、産前・産後も使えるものがオススメです。お腹を締めない、ゆったりとしたシルエットのものを。



### □ 腹巻

1,000~3,000円 × 1個  
妊娠5か月ごろ～使用します



冷え対策に。お腹に負担のない、マタニティ用のものを準備しましょう。



### □ ケアクリーム

1,500~5,000円 × 1個



妊娠するとお肌が敏感に。妊娠線防止のためにも、妊娠初期から塗るのがオススメです。



### □ ノンカフェイン飲料

おまかせ



妊娠中、授乳中はカフェインレスコーヒー、たんぽぽ茶、ルイボ스티ーを。



## マタニティアイテム (入院～産院)

産院で入院する際に準備されているものもあるので、産院の冊子はよく読んでおきましょう。

### □ 産褥ショーツ

1,500~2,500円 × 1組(3枚入)



産後すぐから始まる悪露の手当てに使う前開きタイプ。会陰切開をした場合、動くことが大変で痛いので、ゆったりしたサイズがオススメです。



### □ お産用パッド

500~700円 × 1パック



産後2か月ごろまで続く産後の悪露。デリケートなお肌に優しく作られたお産パッドを使用しましょう。悪露の量、状態に合わせてサイズを調節します。



### □ 授乳ブラ

2,000~4,000円 × 1組(3枚入)



マタニティブラと似ていますが、違いは「授乳のしやすさ」。フロントのフックがついているタイプや、カップをパカッと外せるタイプがあります。



### □ 母乳パッド

800~1,500円 × 1パック



産後から母乳の出やすい人もいるので必須。私は出やすいタイプだったので、1パック使い切るペースが必要でした。産院に準備がある場合も。



### □ マタニティパジャマ

2,000~5,000円 × 2~3枚  
妊娠中期～使用します



前開きで授乳しやすいタイプやトップス1枚でも着れる長めの丈がおすすめ。私は気に入った肌触りのモノを持ち込みました。



### □ 骨盤ベルト

2,000~5,000円 × 1個



オススメは産後直後から使えるもの。産前産後に使用することで歩行がラクになることも。ただし帝王切開の場合、傷口の締め付けには注意してください。



### □ 洗浄綿

500~1,000円 × 1箱



産後の悪露や授乳前の乳首ケアなどに使用。産後は肌も敏感になっているので、ウェットティッシュよりも柔らかい洗浄綿が役立ちました!



### □ テニスボール

200~400円 × 1個



いきみ逃がしの定番品。私は院長が貸してくれた「ゴルフボール」に助けられました。腰痛持ちの場合は固いゴルフボールのほうがオススメです!



### □ ペットボトルストロー

200~600円 × 1個



一般的なストローでもかまいませんが、ベッドから起き上がって水分補給できる状態とは限りません。寝たまま飲めるタイプがオススメです。



### □ 冷感ジェルシート

300~500円 × 2~3袋



胸のハリを冷やしたり、ホルモンバランスの乱れによる火照りをしのぐために。



### □ 母子手帳 / 診察券 / 保険証など



急なトラブルも考えられるので常に持ち歩くようにしましょう。



- 円座クッション  
2,000~4,000円 × 1個  
生後0~1か月ごろ使います



傷口が傷んで座れない場合に重宝します。  
産後直後から始まる赤ちゃんのお世話。  
束の間のひと休みに痛みを和らげて座れるクッションは大切です。



- 乳頭ケアクリーム  
600~2,000円 × 1個



産後はママのお肌もデリケートになります。  
専用のクリームでケアしましょう。



- ベビー肌着  
2,000~4,000円 × 1組 (4~6枚)



貸し出してもらえ産院が多いようです。退院時用と、来客がある時のちょっとしたおめかし用があれば大丈夫でしょう。



- ママの退院ウェア  
おまかせ



意外と忘れがちなのがママの退院ウェア。赤ちゃんと写真を撮ることも考えて、動きやすく授乳のしやすい服がオススメです。



- 化粧水  
おまかせ



入院中、エアコンなどの室内環境で思った以上に乾燥肌に。  
出産時にはさっと使えるスプレータイプやボディクリームなども便利です。



- メイク用品  
1,500~5,000円 × 1個



私は BB(CC でも可) クリームとクリームチーク (リップも色づけ出来るので) でなんとか血の気のある顔を作っていました (笑)



- うちわ  
おまかせ



とにかく陣痛中は暑くて汗をかきます。  
ぬれタオルを凍らせたり保冷剤を使うのも◎  
私の陣痛時は母がずっと仰いでくれていました…。



## O-BABY.net 出産準備コンシェルジュ

ベビー用品の疑問、不安な気持ちをぜひご相談ください。  
あなたにぴったりのベビー用品を心を込めてご提案させていただきます。

電話

0561-65-5070

受付：平日10-17時 (祝日除く)



メール



LINE



Instagram

## MEMO