入院の準備はお早めに

入院準備は、妊娠８か月までに用意しましょう。もしもの時に備えて、緊急時のセットも用意しましょう。病院によって入院時に必要なものが違いますので、病院からもらう入院案内を参考にしましょう。予定日の季節によっても準備するものや購入時期は変わりますので、赤ちゃん用品店へ妊娠中に何回か通ってみましょう！

●出産までに準備するもの●

□ 新生児用オムツ１パック（紙おむつの場合）
布オムツにする場合は、３セット程必要です。布オムツの場合は、洗濯が頻回になります。

□ おしり拭きもしくはカット綿
カット綿はぬるま湯に浸して絞ってから使います。

□ ガーゼ 10 枚程度（沐浴でも使います）

□ チャイルドシートもしくはベビーシート（退院するときに必要です）
レンタルする方もいます。リサイクルショップで探すのも Good。

□ ベビーベッドもしくは布団
お家の状況に合わせて準備しましょう。季節によって、掛けものも調整しましょう。
お子さんが寝るマットは固めのものを準備しましょう。

●出産後、育児で毎日頻繁に使うもの●

□ オムツ・オムツを捨てる袋、バケツ
布オムツの場合は、洗濯が頻回になります。

□ おしり拭きもしくはカット綿
カット綿はぬるま湯に浸して絞ってから使います。

□ 哺乳瓶・乳首セット　１～２個、消毒液
退院の時の授乳状況によっては、いらない場合もあります。
必要な方のみ、退院後に揃えても間に合います。

□ ミルク（スティックタイプか缶にするかは、授乳状況を見ながら都度買い足しましょう）

□ 長肌着・短肌着３枚程度、ベビー服３枚程度、コンビ肌着３枚程度
出生体重によって、同じサイズの服でもいつまで使えるか変わります。出産前に何が売っているのか下調べしましょう。服は枚数が少なくても、洗濯をすれば最低限度で大丈夫です。

これさえあれば、ひとまず安心♡ 緊急時の入院セット

- □ 保険証　□ 病院の受診券　□ 母子健康手帳と別冊
- □ ショーツ２～３枚
- □ ナプキン（寝る時用と昼間用２～３枚あると Good）
- □ パジャマ

●沐浴用品●

□ **ベビーバス**
産後１か月の間だけなので、洗面所や衣装ケースの代用でも可です。

□ **ベビーソープもしくは石鹸、沐浴剤**

赤ちゃんのお肌は敏感なので、泡で優しく洗いましょう

□ **赤ちゃん用綿棒（耳・鼻掃除用）**

綿棒浣腸をする時は大人用を使いましょう

□ **バスタオル**
お家にあるもので大丈夫です。おくるみとしても使えます。

□ **湯温計（温度が自分の感覚でわかるようになるまで使います）**

□ **（臍（へそ）の処置が必要な場合のみ）消毒液**

●その他様子を見ながら●

□ **ベビーカー、抱っこひも**
お買い物等、おでかけの際にあるといいですね。

□ **爪切り**
赤ちゃん用の爪切りを使いましょう。

深爪に気を付けましょう！爪先の白い部分が1㎜残る程度がベスト👍

□ **保湿剤（ベビーローション・ワセリンなど）**
お子さんの皮膚の乾燥がひどい場合、検討してみてください。

□ **おくるみ**
首がすわるまでの間、お出かけの際にあるといいでしょう。
大きくなったら、タオルケットにも使えます。

□ **その他**
赤ちゃん用のブラシ、おもちゃ、おでかけセット（かばん、靴下、上着など）

人によって合うものはさまざま！実際に試着してから購入を考えましょう