

# これだけあれば赤ちゃんは 育てられるチェックリスト



山崎医院  
産科・婦人科・麻酔科

チェック	品名	数の目安	購入時のポイント
	短肌着	5	肌着の基本。季節によって素材を選ぶ
	長肌着	2~3	おむつの替えやすいものを。コンビ肌着も最近は主流
	ベビー服・ドレス	2~3	お祝いやお下がりをもらうことが多い
	ベスト・胴着	1	ちょっと肌寒い日の重ね着に便利
	おむつ(布)	30	1ヶ月過ぎると2枚1組で使用。お下がりをもらうことが多い
	おむつカバー(3kgサイズ)	3	赤ちゃんの大きさにサイズが変化するので要注意
	紙おむつ(36枚入り)	3~5	新生児用を用意。足りなければその毎買ったす
	バスタオル	5	沐浴用とその他に分けて使用
	タオル	5	沐浴時・枕・汗とりなどいろいろ使用
	ガーゼハンカチ	10	沐浴用に1枚別にしておく。ハンカチタオルでも代用可
	おしりふき		カット綿をお湯で湿らせる
	ベビーバス	1	台所で使えるものが便利。衣装ケースでも代用可
	洗面器	1	顔を洗うお湯やかけ湯用に使用。ボールでも代用可
	ベビー石けん	1	刺激の少ないもの
	ベビーオイル	1	汚れ落としに使用
	ベビーつめきりハサミ	1	赤ちゃんの肌に傷をつけないもの
	綿棒	1	赤ちゃん専用のもの
	電子体温計	1	赤ちゃん専用として使用。タイプは普通の体温計でOK
	ベビー布団	1	かためのマットを。ジュニア布団でもOK
	シーツ・カバー	2	清潔を保つために替えを用意。バスタオルでも代用可
	おくるみ	1	季節に合わせて素材を選ぶ
	おむつ用バケツ	1	ふたつきです
	哺乳ビン(100~150cc)	1	ガラス製でもプラスチック製でもどちらでもよい