

# 出産準備リスト

## ママのための出産準備リスト

品名	目安数
<input type="checkbox"/> 前開きパジャマ	2～3
<input type="checkbox"/> 授乳用ブラ(マタニティブラ)	2～3
<input type="checkbox"/> 産褥(さんじょく)ショーツ	2～3
<input type="checkbox"/> 産褥パッド	要確認
<input type="checkbox"/> 母乳パッド	1
<input type="checkbox"/> 骨盤ベルト	1



## 赤ちゃんのための出産準備リスト

品名	目安数
<input type="checkbox"/> 肌着	4～5
<input type="checkbox"/> 2WAYオール	5
<input type="checkbox"/> オムツ	1
<input type="checkbox"/> おしりふき	1
<input type="checkbox"/> オムツ替えシート	2
<input type="checkbox"/> ガーゼ	多め
<input type="checkbox"/> ベビーソープ	1
<input type="checkbox"/> 赤ちゃん用綿棒	1
<input type="checkbox"/> ベビー用爪切り	1
<input type="checkbox"/> 体温計	1
<input type="checkbox"/> 10連ハンガー	1
<input type="checkbox"/> チャイルドシート	1
<input type="checkbox"/> 抱っこ紐	1

## 状況に応じてあるといいもの

品名
<input type="checkbox"/> 妊娠線予防クリーム
<input type="checkbox"/> サプリメント
<input type="checkbox"/> 腹帯
<input type="checkbox"/> ベビーベッド・ベビー布団
<input type="checkbox"/> 哺乳瓶・粉ミルク
<input type="checkbox"/> ベビーカー
<input type="checkbox"/> 授乳クッション
<input type="checkbox"/> オムツ用ゴミ箱
<input type="checkbox"/> ベビーバス
<input type="checkbox"/> 保湿剤
<input type="checkbox"/> スタイ
<input type="checkbox"/> 靴下
<input type="checkbox"/> ベビーミトン
<input type="checkbox"/> おくるみ