



こんにちは！印南町子育て世代包括支援センターです！！  
 本年もよろしくお願ひ致します。  
 今回は「赤ちゃん用品の準備」についてお伝えさせていただきます。

——知って得するまめ知識！——

「赤ちゃん用品の準備」

### 揃えるものポイント

- ✓吸湿性・通気性のよいもの
- ✓洗濯しやすいもの
- ✓伸縮性のあるもの
- ✓柔らかく肌触りのよいもの
- ✓裾が広がり脚が自由に動かせるもの
- ✓前合わせで着脱しやすいもの



この季節は特に寒さ対策が重要となります！  
 生まれたばかりの赤ちゃんは体温調整が苦手なので、エアコンや衣類で温度の調整をしてあげましょう。  
 また、乾燥対策にはしっかりと保湿クリームを塗ってあげましょう。（赤ちゃんの肌の状態により、市販薬を塗るより小児科を受診し、薬の処方を受ける方がよい場合もあります。）

### 揃えるもの

- ✓肌着
- ✓長下着
- ✓ベビードレス
- ✓おくるみ（バスタオルでも代用可）
- ✓ガーゼハンカチ
- ✓紙おむつ
- ✓寝具
- ✓ベビーバス（湯温計・赤ちゃん用綿棒・新生児用爪切りなども）

### これから季節に合わせたアイテム

- ✓ベストなど重ね着できるもの

### その他

- ✓チャイルドシート



### 着替えのポイント

- ✓気温の変化にあわせて調節する
- ✓汗をかいていれば着替える
- ✓背中に手を入れてしっかりとしている
- ✓着替えが必要

### 着せ方の目安

- ✓1か月まで…大人より1枚多め
- ✓2〜3か月…大人と同じ
- ✓4か月以降…大人より少なめ

### 寝具類

- ✓敷き布団（木綿で硬めのもの）
- ✓掛け布団、毛布
- ✓暖かい掛物



### 授乳用品

- ✓哺乳瓶
- ✓哺乳瓶ブラシ
- ✓哺乳瓶用の乳首
- （新生児用・M・L・クロスカットなど赤ちゃんにあったもの）
- ✓ミルク（必要時）
- ✓哺乳瓶を消毒するもの

赤ちゃんの準備は28週くらいまでにある程度のもを準備しておきましょう。  
 （買ったばかりの衣類などは一度洗濯して日光に当てておくとういでしょう☀️）

これら以外にも、子育てしながら必要なものがあると便利なものなどが出てくると思われます。  
 みなさんもSNSやママ友から情報収集してみてくださいね！

また、**ママサポサロン**には子育て中のママも参加されていますので、そこで実際の声を聞いてみるのもよいですね！  
 お気軽にお越しください！

ママサポサロンのご活用  
 「子育て支援センター」

## ママサポサロン

ひろっています！

妊婦さん・産婦さんが、相談・おしゃべり・ゆつくりリラックスなど、気軽に集まれるサロンとして開催しています。

**日時：毎週木曜日**  
（年末年始、祝日は除きます）

**午前9：00～11：30**

**場所：切目社会教育センター**

**対象：妊婦さん、産婦さん、1歳のお誕生までの赤ちゃん**

**持ち物：産婦さんのみ、バスタオル、赤ちゃんのおむつなど**

お問い合わせ先：印南町役場 子育て支援センター  
子育て世代包括支援センター 電話：0738-42-1738



みなさんへ

インフルエンザの予防接種はお済みでしょうか？

かかりつけ医や妊婦健康診査受診時に打つ（打った）方もいらつしやると思います。

印南町では、インフルエンザ予防接種費の助成券発行を行っています。助成券非対応の医療機関については、接種費用の払戻し（上限1,000円）も行っています。

払戻しの手続きは住民福祉課の窓口にてできます。

### ◇領収書

（インフルエンザワクチン代と分かるもの）

### ◇通帳等の振込先が分かるもの

をご持参のうえ、お越しください。

※払戻しの対象となるのは  
 1月31日までに接種した分となります。