

withbabyおでかけ持ち物リスト

| | | 優先順位 | チェック | メモ |
|----------|----------|------|------|--|
| おむつ替えグッズ | 紙おむつ | | | 2時間に1枚使用する計算+予備 |
| | おしり拭き | | | ・口や手にも使えるものがウェットティッシュとしても使えるので便利 |
| | | | | ・使用中で中身が少なくなってきたものをお出かけ用にずる。(荷物の重さ対策) |
| | ビニール袋 | | | 事前におむつを1枚ずつ包んでおくと、使用後のおむつをすぐに包めるので忙しい外出先での時短に |
| | おむつ替えシート | | | ペットシート利用も可 |
| | ジップロック | | | おむつの匂い対策や、離乳食の容器を捨てられない時の漏れ防止用などにも |
| 着替え | | | | 着替えを一揃え。季節の変わり目には半袖・長袖・はおりものを上手に組み合わせる。夏は帽子。 |
| 飲食(母乳用) | 授乳ケープ | | | |
| 飲食(ミルク用) | 粉・液体ミルク | | | 1回分なら、しっかり乾かした哺乳瓶にあらかじめ1回分の粉ミルクを入れておくのも◎ |
| | 哺乳瓶 | | | |
| | 熱湯、湯冷まし | | | |
| 飲食(離乳食用) | 離乳食 | | | 使い慣れたものなら箱から出してゴミを減らしても。バナナは万能 |
| | スプーン | | | アイスの試食用サイズ等を携帯しておくと外出先での取り分けに便利 |
| おやつ | | | | 小さなタッパーや、おしぼりケースに入れておくと中身が壊れず便利。 |
| お世話グッズ | 着替え一式 | | | 汚れたものを入れるビニール袋も一緒にセット |
| | タオル・手ぬぐい | | | 手ぬぐいはかさ張らず、汗拭き・おむつ替えシート・授乳時など用途多様 |
| 突然の病院用 | 母子健康手帳 | | | |
| | 健康保険証 | | | 普段からコピーを携帯しておくといざという時に便利 |
| | 医療証 | | | 〃 |
| | お薬手帳 | | | |
| ぐずった時用 | おもちゃ | | | お気に入り・目新しいもの。S字フックや携帯ストラップなど揺れるもの・鏡など、おもちゃでなくてもお子さまのお気に入りを見つけて普段から観察 |
| その他 | 携帯用アルコール | | | |
| | ゴミ袋 | | | 愛犬用おさんぽマナー袋が万能 |

