

ベビペディア

BabyPedia™

無償教材

Webサイト連動情報誌
<http://www.babypedia.net/>

ベビペディア

検索

モバイルサイトは
こちらから➡



このマークは妊産婦さんに
やさしい環境づくりを推進する
「マタニティマーク」です

特集1

出産までに準備しておきたい

グッズ選びリスト

特集2

ママに知ってほしい

赤ちゃんのための

スキンケア & 正しい妊娠線ケア

母子健康手帳の上手な使い方
マタニティ教室 ~体験レポート~

BabyPedia
プレゼント

豪華アイテムが
いっぱい!

 & BabyPedia

Instagram公式アカウント
開設しました!

『babypedia_official』

Baby
Pedia



BABYPEDIA_OFFICIAL

読者限定アンケート実施中

こちらのQRコードを読み取っていただくと
▶▶▶ アンケートフォームに入れます ▶▶▶



回答締切: 2024年5月19日(日)

BabyPedia^{ベビペディア}を読んで 豪華商品を当てよう!

『BabyPedia(ベビペディア)』を読んでいただきありがとうございます。
読者の方々に愛される冊子をつくるために、ぜひアンケートにご協力ください。
アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で、
素敵なプレゼントを差し上げます。

アップリカ
ラクーナクッションAF(ネイビー)

1
名様



サラヤ
アラウベビー 洗たくせっけん

5
名様



サラヤ
ヤシノミ洗剤

5
名様



食事の悩みが尽きない妊娠中にぴったり♪

ツルンとしたのどごしで つわり中でもたべやすい
フルーツこんにやく

ララクラッシュ

特定保健用食品



安心の
トクホマーク付き



低カロリーだから
罪悪感がない

体重管理が気になる妊娠中は、おやつの種類にも悩みがちですよね。
カロリーは、1個あたり **7~8kcal** と
低カロリーなので、甘いものを食べたい
ときにもピッタリです。

食物繊維たっぷり
毎日スッキリ!

妊娠中は、つわりなどで食事や水分が十分にとれないことも。「ララクラッシュ」は、
毎日のスッキリに欠かせない食物繊維が
1個で **1.6~1.7g** もとれます。
不足しがちな食物繊維を手軽に
とれるのもポイント。

ツルンとジューシー
で食べやすい

のどごしがいいので、食欲がないときも
ツルンと食べやすいのがうれしい。
クラッシュしたこんにやくのつぶつぶと、
果汁感たっぷりのジューシーなジュレ、
2つの食感が楽しめます。

おいしいだけじゃない!
《ララクラッシュ》で
妊婦さんのお悩み解決!



豊富な種類で選べる楽しさも!

おなかの調子を整える《蒟蒻畑ララクラッシュ》



ぶどう味



マスカット味



パイナップル味

お求めはこちら



MannanLife
Online Shop



〈許可表示〉難消化性デキストリンが含まれているのでおなかの調子を整えます。〈1日摂取目安量〉24g×4個を目安にお召し上がりください。〈摂取上の注意〉摂り過ぎあるいは体質・体調によりおなかやゆるくなる場合があります。多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。他の食品からの摂取量を考慮して適量を摂取してください。食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

BabyPedia™

CONTENTS

ベビカーが当たる!

03 **BabyPedia**を読んで豪華賞品を当てよう!

04 母子健康手帳の上手な使い方

08 特集1 出産までに準備しておきたい **グッズ選びリスト**

12 **BabyPedia** プレゼント

ベビペディアwebから
カンタン応募!

ママにも赤ちゃんにもうれしい豪華商品がいっぱい!

13 母子衛生研究会 インフォメーション **マタニティ教室** ~体験レポート~

14 特集2 ママに知ってほしい **赤ちゃんのための
スキンケア&正しい妊娠線ケア**

プライバシーポリシー(個人情報の管理)について

株式会社日本ブレイス(以下「日本ブレイス」)は「BabyPedia」を利用される皆様(以下、総称して「お客様」)のプライバシーポリシーを尊重し、個人情報の管理に細心の注意を払い、個人情報に関する法令およびそのほかの規範を遵守し、これを取り扱うものとします。

個人情報の利用目的

1. 協賛団体への資料請求に関して希望されました資料をお届けするために、応募いただいた協賛団体に個人情報を提供することがあります。協賛団体とは個人情報の取り扱いに関し契約を締結しております。
2. 日本ブレイスおよび協力団体からの情報提供
日本ブレイスからのプレゼント当選者への発送、母親教室などのご案内、調査、その他子育てや健康、生活に役立つ情報をお送りする場合にのみ使用いたします。

個人情報の開示・訂正・削除

ご自身の個人情報に関して開示、訂正または削除の申し出をすることができます。具体的な方法については以下の管理者にご照会ください。個人情報の開示、訂正、削除、もしくは利用停止の求めに応じる場合など、個人を識別できる情報(氏名・住所・電話番号・生年月日・メールアドレス等)により、ご本人であることを確認させていただいたうえで対応させていただきます。ただし、本人以外が個人を識別できる情報を入手し、利用した場合、日本ブレイスは責任を負いません。

■ベビペディア事務局 個人情報保護管理者:村田みゆき TEL.03-5772-6502 E-mail:babyinfo@babypedia.net (月~金 10:00~17:00 祝日・年末年始は除く。メールへのご回答は翌営業日以降となります)

個人情報の収集

1.日本ブレイスは、当社規定の個人情報マネジメントシステムに基づき、法令、国が定める指針を遵守し、適正かつ公正な手段でお客様の個人情報を収集します。
2.お客様の個人情報は、お客様ご自身の意思でご提供いただきますようお願いいたします。ただし、ご提供いただけない情報がある場合、ご利用できないサービスもあります。

個人情報の委託

日本ブレイスは個人情報処理業務および発送業務を協力会社に委託する場合があります。当該会社とは個人情報の取扱いに関し契約を締結しております。

個人情報の正確性

日本ブレイスは、ご提供いただいた個人情報を正確にデータ処理するように努めています。ただし、ご提供いただいた個人情報内容が正確かつ最新であることについてはお客様が責任を負うものとします。日本ブレイスは、法令などで定めがある場合を除き、プライバシーポリシーを随時変更できるものとします。

※携帯電話会社のフィルタリングサービスによりご利用いただけない場合があります。 ※通信料はご利用者負担となります。 ※企画の一部には、対応機種に制限のあるコンテンツが含まれます。 ※一部非対応の端末があります。



http://www.babypedia.net/

モバイルサイト



※携帯電話会社のフィルタリングサービスによりご利用いただけない場合があります。 ※通信料はご利用者負担となります。 ※企画の一部には、対応機種に制限のあるコンテンツが含まれます。 ※一部非対応の端末があります。

(STAFF)発行元:株式会社日本ブレイス 発行人:齋藤和邦 編集人:村田みゆき デザイン:有限会社フレックスタイム
《お問い合わせ》株式会社日本ブレイス内 ベビペディア事務局 TEL.03-5772-6502

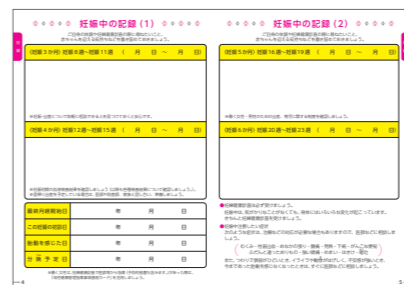
母子健康手帳の 上手な使い方



母子健康手帳は、主に妊娠初期から子どもの小学校入学までの母と子の健康と発育の記録を残していく便利なツールです。母子の健康を守り、健やかな育児を実現するために、積極的に活用しましょう!

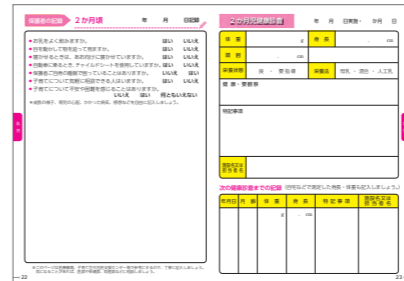
POINT 2 4ページからは妊娠中の記録と経過

経過は産院で記入してもらいます。出産後の健康管理や次回の妊娠にも役立つ情報です。自分で気づいたことや気持ちを記入する欄もあるので活用するといでしょう。



POINT 4 18ページからは各月齢・年齢ごとの記録

保護者の欄を記入してから乳幼児健診を受けましょう。19ページには便色カードがついているので、生後2週、生後1か月、生後1~4か月の時期に赤ちゃんのうんちの色をチェックしてみましょう。



POINT 6 52ページからは予防接種や病気の記録

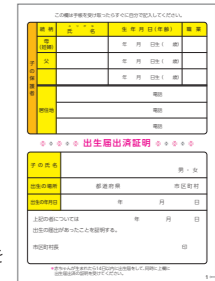
予防接種欄を見れば、いつ、何のワクチンを受けたかがすぐにわかります。接種を行った医療機関で記入してもらうケースがほとんどですが、自分自身で記録する必要がある場合もあります。



POINT 1 1~3ページはプレママの基礎データ

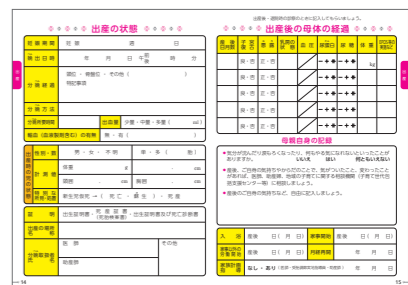
母子健康手帳をもらったらすぐに、これまでのからだのことや仕事のことなどを記入しましょう。プライバシーにかかわりますが、これらはあなたの安全な妊娠・出産のために大切な情報なので、健診までに記入しておきましょう。

※「出生届出済証明」の部分は、産後、市区町村窓口へ出生届を出すときに同時に記録してもらいます。



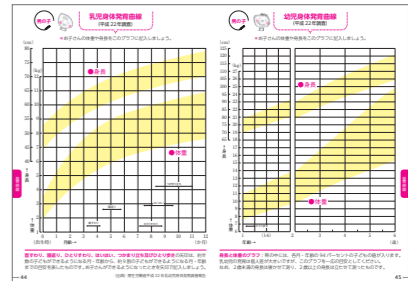
POINT 3 14ページからは出産の状態と母体の経過

出産の状態や出産後のお母さんの健康記録のページです。また、17ページからは生まれたばかりの赤ちゃんの様子を記録します。



POINT 5 44ページからは身長や体重、頭囲の発育グラフ

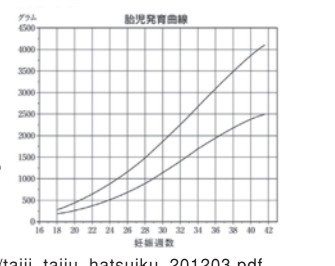
測定のたびに記入してグラフにしましょう。初めて寝返りをした時期やはいはいをした時期など、成長の節目も記入しましょう。



POINT 7 胎児の発育についてのグラフも掲載

妊婦健康診査の超音波検査でわかった推定体重を胎児の発育曲線に書き入れて、赤ちゃんの発育の様子を確認しておきましょう。

※この曲線の、上下の線間に約95.4%の赤ちゃんの妊娠週数別胎児推定体重が入ります。心配なことがあれば、医療機関等にご相談ください。
[参考]日本産科婦人科学会
https://www.jsog.or.jp/public/shusanki/taiji_taiju_hatsuiku_201203.pdf



「母子健康手帳 副読本」 もチェック!

こんな情報が載っています

- 妊娠中の過ごし方
- 妊娠中の食生活
- からだのトラブル
- 出産を知る
- 働く女性・男性のために
- 新生児期の赤ちゃん
- 赤ちゃんの栄養と歯
- 月齢・年齢別 発達の日安
- 病気・事故から子どもを守るために etc.

全国の自治体から妊婦さんに配布している妊娠・出産・子育ての冊子で、母子健康手帳と一緒にもらえます。役立つ情報がたくさん掲載されているので、こちらもじっくり読んで活用してください。



出産するママのための！
おすすめグッズ



Cottoli

マタニティ
パジャマ



①マタニティネグリジェ M-Lサイズ 2,519円(税込)
②マタニティパジャマ M-Lサイズ 3,069円(税込)
ハートのプリントがキュート、授乳しやすい授乳口付きなので、産前から産後まで長く使えるのもGOOD！ネグリジェは帝王切開時の入院に便利。パジャマのパンツは着用時期に合わせて調整ゴムが付いているから使いやすい。
※沖縄の店舗では取扱いておりません。

マザーズバッグ
4,169円(税込)
サイドにポケット2個、
内側にポケット3個と取
納力パツグン。取り外し
可能なショルダースト
ラップも実用的

素敵なプレママ&ママライフを バースデイと一緒に！



プレママ&ママの
“本当に欲しい”
に
答える
共同プロジェクト

商品の紹介記事はこちら



バースデイ × mamari

※値段のないものは参考商品です。

③ふんわりコットンのベビーふとん 8点セット 15,400円(税込)
④お世話しやすい新生児設計スリーパー 28×53cm 2,519円(税込)

これさえあれば
赤ちゃんのぬんねは
オールOK!

寝具の買い足しが
面倒...

買い足すことの多い
フィッティングシートを
2枚セットにしたよ

冬だけじゃない！
オールシーズン使える
素材を使用

ボタンの開閉音で
起こしたくない...

開閉音が静かだから、
ぐっすり眠れるよ

掛けふとん(85×115cm)
・固綿マット(70×120×5cm)
・掛けふとんカバー
・フィッティングシート×2枚
・枕
・枕カバー
・キルト防水パッド

キルトパッドと
防水シートが
一体型になって
お洗濯の手間を
軽減します

⑤新生児打ち合わせ兼用ドレス各種 50-60cm 1,639円(税込)
⑥新生児打ち合わせカバーオール各種 50-60・60-70cm 1,639円(税込)

ママのリクエストに
応えて
シンプルなデザインを追加!

兼用ドレスは
ボトムスのスナップの留め方で
ドレスにもカバーオールにもなるよ

首が不安定で
お着替えが大変...

メッシュ付だから
肌着を着なくても
ラクにお着替えできる

⑦クーフアン(37×69×25cm)
・固綿マット(35×68×5cm)
・フィッティングシート
・抱っこふとん(40×64cm)
・抱っこふとんカバー

快適なクーフアンが欲しいな

厚いマットと通気性の
良い抱っこふとんで
快適

汗っかきの赤ちゃんのために
丸洗いOK仕様！
片面メッシュ生地使用で
速乾性もUP!

おねんね中の向きぐせがあると、
赤ちゃんの頭の形の変形が心配...

枕の両脇が頭を支えてくれるから、
自然と上向きで寝られるよ

⑧ムしにくい抱っこふとんとクーフアンセット 9,680円(税込)
⑨頭のかたちのお悩みにはじめてのベビー枕 28×20cm 1,309円(税込)

⑩タンクトップ M・L 1,639円(税込)
⑪キャミソール各種 M・L 1,639円(税込)

パッドが乾きやすい
仕様にしてほしい...

パッドが薄くて
乾きやすいよ

クロスオープンタイプ
カップを下に引っかけるだけで授乳できる!

ブラジャー+ショーツ
セット各種 M・L
2,519円(税込)
ウエストクロスタイプ
お腹にゴムが当たらない仕様

バストの重みさ
しっかり支えられるよう
肩紐の幅を
広くしました

丈を長くと
り上げ防止!

ムしや擦れによる
かゆみ対策に
柔らかく吸湿性・通気性に
優れた素材で
仕上げました!

お腹周りにゆとりがほしい...

お腹周りを広くゆったり設計にしたよ

出産後は子宮からの出血があるので、ナプキン交換のしやすい産じょくショーツを準備しておきましょう。

産じょくショーツ

クロッチオープンタイプ
らくちんママにやさしい産じょくショーツ
2枚組 M-L/L-LLサイズ 1,529円(税込)
防水布が後ろまでついていて、悪露などが漏れにくくとても安心。

帝王切開全開タイプ
らくちんママにやさしい産じょくショーツ
2枚組 M-L/L-LLサイズ 1,639円(税込)
左脇と股部分が開く前回タイプ。帝王切開の人にもおすすめです。

マタニティショーツ

おなかを締めつけないためのマタニティママ必須アイテム

産前・産後ウエストゴムなし快適ショーツ 2枚組 M-L/L-LLサイズ 1,309円(税込)
浅ばき、深ばきの2タイプ。ウエスト部分にゴムがないので締め付け感がないのが◎!

産前・産後肌にやさしい綿100%コットンショーツ2枚組 M-L/L-LLサイズ 1,309円(税込)
浅ばき、深ばきの2タイプ。綿100%で安心のはき心地。

お産前に忘れずにチェック!

清浄綿 770円(税込)
授乳時の乳房の拭き取りや、赤ちゃんのからだを拭くときに。

母乳パッド 979円(税込)
母乳で下着を汚さないために、母乳パッドがおすすめ。

お産パッド 605円(税込)
産後の悪露を吸収するためのパッドです。

出産後はからだの回復に合わせて、無理のない3STEPリフォームで美ボディを目指しましょう!

産後リフォーム

STEP1 産後すぐ～

産後すぐニッパー M・Lサイズ 3,069円(税込)
分娩後すぐから子宮や姿勢バランスを安定させるために。

STEP2 産後2週間～

産後すぐ骨盤ニッパー M・Lサイズ 4,169円(税込)
分娩後すぐから使用でき、就寝時の骨盤引き締めにも活躍。

STEP3 産後1か月～

ウエストニッパー M・Lサイズ 3,069円(税込)
ウエストのくびれづくりに。自由に調節が可能。

1枚ばきできる骨盤パンツ M・Lサイズ 2,519円(税込)
はくだけで骨盤ケア&下半身をまとめて引き締めます。



株式会社しまむら

バースデイは全国に325店舗 ※2024年3月20日時点

出産から育児、小学校までのあらゆるシーンに対応した、幅広い商品を提供するベビー・子供用品の専門店です。バースデイにしかないオリジナル商品を衣料品から雑貨、大物育児用品まで幅広く取り扱い、こだわりをもった商品を「高感度・高品質・高機能」で提供しています。

オンラインストアも営業中!

バースデイ
オンラインストア

おトクな情報はコチラから

おトクな情報はコチラから

出産までに準備しておきたい

グッズ選びリスト

必要なものをしっかりとリストアップして、購入計画を立てましょう。
リストを参考にして、安定期から妊娠28週頃までに準備しておくのが理想です。

※準備できたものは□欄に✓を付けましょう！



寝具

昼夜に関係なく、1日のほとんどをねんねで過ごす赤ちゃん。事故がないように安全面への配慮はもちろん、使用期間や季節もよく考慮して、健康で快適に眠れるような環境にあげましょう。

敷き布団 ……一式

マットを使うベッド派は不要です。薄手で固めの綿素材がおすすめです。とくに汗をかきやすい子には、吸湿パッドの利用も。

枕 ……1つ

ベビー用の薄いものを用意しましょう。ただし、4か月頃まではタオルの4つ折りだけでも十分に対応できます。

掛け布団 ……1枚

季節を考慮し、合繊綿でキルティングしてある、丸洗いできるものを選びましょう。

ベビーベッド ……一式

レンタルを利用すると便利です。購入する場合には、ベッドでの事故を防ぐため、頑丈なものを選んでください。

布団カバー ……2組

布団のサイズに合ったものを。デザインの好みだけでなく、吸湿性と肌ざわりのよいものを選びましょう。

シーツ ……2枚

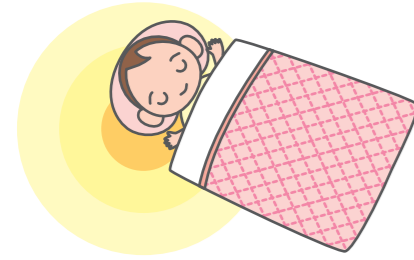
大人用でも代用できますが、吸湿性と肌ざわりのよいものがベターです。常に清潔を心がけるようにしましょう。

おねしょシーツ ……1~2枚

おしっこが漏れても布団を濡らさずに済む、おねしょ用の綿パッド。洗濯機で洗えるものが便利です。

タオルケット ……1~2枚

肌ざわりのよい綿毛布のものがおすすめ。1枚あると、肌掛け、おくるみとしても使い回しができるので重宝します。



哺乳びんブラシ ……1個

哺乳びんを洗うときは、底までしっかりと洗える専用ブラシを使います。また、乳首用のブラシもあります。

哺乳びん(大・小) ……各1つ

ミルク・果汁用と白湯用で使い分けます。ガラス製は細かい傷もつきにくく、衛生的なのでおすすめです。

おっぱい・ミルク用品

哺乳びん消毒用品 ……1組

煮沸消毒、蒸気消毒、薬液消毒、電子レンジ消毒など、消毒法に合わせて準備しましょう。

乳首 ……2~3個

頻繁に使う場合には予備が必要。赤ちゃんの吸う力に合ったものを選びましょう。メーカーによって特徴が異なるので、よく検討してから購入を。

赤ちゃんの栄養は、母乳が基本です。粉ミルクを飲ませるときは、必ず抱いて赤ちゃんの顔を見ながら授乳するようにしましょう。

母乳冷凍バック ……1組

搾乳した母乳を冷凍保存できるすぐれもの。産後、必要に応じて購入すれば大丈夫です。

哺乳びん用洗剤 ……1本

赤ちゃんに害がないよう、天然素材のものを選びましょう。ミルクの汚れを楽に落とせるだけでなく、おもちゃや野菜を洗うのにも適しています。

ポット ……1個

普通の保温ポットでもかまいませんが、温度の設定ができるものがあると、調乳するときに便利です。

おでかけ用品

いろいろなものを見たりふれたりすることで、赤ちゃんの世界が広がります。服装や持ち物など準備を万全にして、天気の良い日は赤ちゃんが疲れない程度にお散歩にGO！

チャイルドシート ……1台

体格(身長・体重)に合わせて選択を。車に乗る機会が少ない場合はレンタルでもよいでしょう。

A型ベビーカー ……1台

寝かせた状態で使えるA型は、生後1か月頃から使用します。赤ちゃんの顔を見ながら押せる両対面タイプが人気です。

防寒具 ……1個

おくるみなど、建物の内外で温度調節しやすいものが重宝します。夏はバスタオルを使用してもOK！

B型ベビーカー ……1台

座らせた状態で使うB型は、生後7か月頃から使用可能。折りたたんでコンパクトに持ち運びができます。出産後の準備でも問題ありません。

帽子 ……1~2枚

赤ちゃんの頭を風邪や日差しから守るためにも必要です。前方にひさしがあるものがおすすめです。

ソックス ……1~2組

室内では不要ですが、外出時に必要です。サイズを考慮し、冬は厚手、夏は薄手のものを選びましょう。

抱っこひも ……1個

首がすわるまでは横抱き用、首がすわったら標準型、キャリア型など、月齢に合わせて選択を。2WAY、3WAYのものも便利です。

カタログやネットで用品をチェック！
ベビー用品の準備で何を調べばいいか迷ってしまったときは、ママ&ベビー向け専門ショップのカタログやホームページをチェックしてみましょう。必要なモノや人気商品の傾向がわかってきます。また、通信販売にもサイズやデザインが豊富で質の高いものがたくさんあるので上手に活用しましょう。

短期使用や大きなものはレンタルも
短期間しか使わないものは、レンタルを利用するという方法も検討しましょう。ベビーカーやベビーベッドはもちろん、加湿器など種類も豊富です。金額は借りる用品の種類や期間によって違うので、よく調べてみましょう。購入するの迷ったときは、先にレンタルで試してみるのもおすすめです。

短肌着 ……5~6枚

やわらかく、吸湿性や通気性にすぐれた、さらしやメリヤスがおすすめ。赤ちゃんの肌に直接触れるものなので、細心の注意を。

衣類&おもちゃ用品

長肌着 ……2~3枚

赤ちゃんの足の動きを妨げず、はだけにくいものを。股の分かれているタイプの「コンビ肌着」がおすすめです。

気に入った衣類があるとついたくさん買ってしまうがちですが、赤ちゃんは成長が早いもの。季節やからだの大きさを考慮したうえで、素材と着やすさを優先して用意しましょう。

おくるみ ……1枚

綿毛布、バスタオルで代用できます。ちょっとしたお出かけのときに1枚あると便利です。

ベビー服 ……2~3枚

着脱しやすく、余分な飾りのないシンプルなものを選びましょう。肌ざわりがよく、洗濯のしやすいものがベターです。

おむつ用バケツ ……1~2個

紙おむつでも布おむつでもバケツは必要です。二オイが漏れない密閉度の高いフタ付きのものを選べば、二オイ漏れを防ぐことができます。

スタイ(よだれかけ) 3~4枚

最初はガーゼで十分ですが、購入する場合には、吸収性が高く、肌ざわりのよい素材を選ぶのがポイント。

紙おむつ ……1パック

新生児用は少なめに。赤ちゃんの成長は早いので、適宜からだの大きさに合わせた動きやすいものを買いつつ足すようにしましょう。

おむつカバー ……4~5枚
※布おむつを使う人は必要

夏は涼しく、冬はあたたかいウール製がおすすめです。赤ちゃんの体型に合わせ、目のつまったものを用意しましょう。

ガーゼハンカチ ……5~10枚

授乳時やよだれや汗をふくときに便利。何枚あっても重宝します。

おしりふき ……5~6個

厚手のやわらかいものがおすすめ。産後すぐから大量に消費するので、多めに用意しておくとう便利です。

布おむつ ……30~50枚
※布おむつを使う人は必要

肌ざわりや吸収性にすぐれたさらしを。うんちは赤ちゃんの体調を示すものなので、状態のわかる白を選びましょう。紙おむつと併用なら、その半分を目安に。

お風呂&衛生用品

赤ちゃんは運動量が少ないように見えても、新陳代謝が活発です。毎日入浴させて清潔にあげましょう。ただし、長湯は疲れてしまうので、入浴時間はからだを洗う時間を含めても10~15分程度に。

石けん・ベビーシャンプー 1個・1本

赤ちゃんの肌は敏感なので、香料・着色料を使っていない低刺激のものを。頭とからだはそれぞれ分けて使うようにしましょう。

バスタオル ……2枚

吸湿性と肌ざわりのよいものを選びましょう。ベビー用を購入するなど、赤ちゃん専用のものを用意しましょう。

保湿ローション ……1本

沐浴後など、肌のカサカサ防止に使います。とくに乾燥しやすい冬場は必需品です。ただし、低刺激のものを選びましょう。

沐浴布 ……1枚

沐浴のときに赤ちゃんのからだにかけ、不安をやわらげるものです。カーゼやてぬぐいでもOKです。

ベビーバス ……1個

購入するときは、使いやすさを考えて選びましょう。プラスチックタイプほかに、膨らますタイプもあります。1~2か月間しか使わないので、レンタルを活用しても。

ベビーオイル ……1本

小さいサイズで十分です。便秘の際に綿棒につけて刺激をしたり、脂漏性湿疹など、肌のケアにも使います。

乳児用つまきり ……1個

つまみで顔などを傷つけないよう、手入れが必要。先端が丸くなっているベビー用のものを用意しましょう。新生児にはさみタイプがおすすめです。

体温計 ……1個

短時間で計れる体温計なら、赤ちゃんを起こさず体温が計れるので便利です。

綿棒 ……1箱

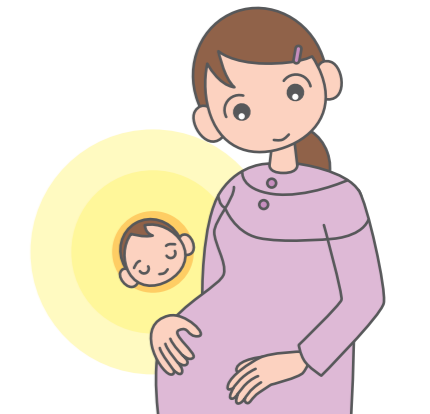
赤ちゃんの鼻や耳は、ていねいに手入れをしてあげましょう。個包装タイプが衛生的におすすめです。

水枕(保冷バック) ……1個

小さめのものを用意しておくといいでしょう。発熱対策だけでなく、夏の暑い日にはあせも予防としても使えます。

湯温計 ……1個

お湯の温度を夏は38~39℃、冬は40~41℃くらいに設定するため、湯温計が必要です。



無添加ブランド「アラウ.ベビー」の開発・販売を行ってきた サラヤが取り組む本当の意味での「赤ちゃんのための商品」とは

ベビー用品である以上、赤ちゃんへの優しさや安全性を追及するというのは大切な多くの動植物を絶滅の危機に追いやり、また、途上国の子どもを働かせてつくったそんな社会課題に対して、サラヤ株式会社は目を背けることなく、20年前肌にも地球にも優しい商品開発の背景にある、

要素です。しかし、その商品の開発背景において、子どもたちが暮らす地球を破壊し、ものだったとしたら、それは果たして「赤ちゃんのための商品」と言えるのだろうか。から対策に取り組んでいます。赤ちゃんのために無添加にこだわり続け、サラヤの環境保全活動を紹介します。



Report2



100万人の手洗いプロジェクト



(左)ハンドラボ 手指消毒アルコール
 (右)ウォッシュボン ハーバル薬用ハンドソープ

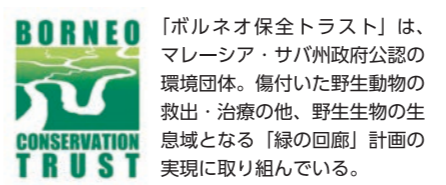
世界にはまだ十分な衛生状態にない途上国がいくつもあり、毎日約1万6000人も5歳未満の子どもたちが命を落としています。その原因の多くが、石けんを使って正しく手を洗うことができない病気です。そんな子どもたちの命を救うため、戦後の日本に「手洗い」の文化を広めたサラヤは「いのちを守る手洗いを世界に広めたい」と、2010年にユニセフと共に立ち上げたプロジェクトが「100万人の手洗いプロジェクト」です。アフリカ・ウガンダ政府と協力し、手洗いの設備や「石けんを使った正しい手洗い」の教育・普及活動を支援。日本国内で販売している衛生商品の売上の1%（メーカー出荷額）が、アフリカ・ウガンダでの手洗い促進活動と衛生環境改善に使われています。



Report1

ボルネオ環境保全プロジェクト

私たちの生活に欠かせない食用油であるパーム油の主要生産国のひとつであるマレーシア・ボルネオ島では、熱帯雨林が伐採されて、プランテーションが拡大。さらに、そこに暮らす多くの動植物が絶滅の危機に瀕しています。もはや「植物油＝環境・人にやさしい」という一面だけで判断してはいけないのが現実です。さらに安価な油の生産の背景では違法労働や児童労働の問題も。そんな問題から目をそむけることなく、サラヤは持続可能なパーム油の生産と活用、そして動植物の保護と熱帯雨林の保全に取り組んでいます。それらの活動には、日本国内で販売している対象商品の売上の1%（メーカー出荷額）が、ボルネオ保全トラスト（BCT）を通じて使われています。さらに環境と人権に配慮して生産されたRSPO認証マークを取得し、普及を支援しています。



「ボルネオ保全トラスト」は、マレーシア・サバ州政府公認の環境団体。傷ついた野生動物の救出・治療の他、野生動物の生息域となる「緑の回廊」計画の実現に取り組んでいる。



RSPO-1106041

「RSPO (Roundtable on Sustainable Palm Oil)」は、環境と人権に配慮して生産された持続可能なパーム油の普及を目指す国際団体。サラヤは日本に籍を置く企業として初めて参画し、普及を支援している。



プレママ・プレパパのための マタニティ教室体験レポート

参加費
無料

マタニティ教室とは 初めての出産を控えた妊婦さんのための教室です。「おなかの赤ちゃんのために今できることは？」「おなかの赤ちゃんのことをもっと知りたい！」などの声に、医師や助産師がていねいに答えてくれるコーナーや、ミニコンサートのほか、マタニティ&ベビーグッズの展示やグッズがもらえる抽選会など、お楽しみが盛りだくさん！各地で開催されているので、ぜひご参加ください。



気になっていたことや疑問や不安も解決。先生のわかりやすい解説が好評です。



ミニコンサートではフルートやギター演奏などのリラックスできる時間もあります！



こんなにたくさんプレママがいると思うと心強い！みんな真剣に耳を傾けています。



商品を自分の目で確かめられる展示ブースも充実。お楽しみ抽選会では豪華アイテムも。

お申込みは
こちらから
(公財)母子衛生研究会
「赤ちゃん&子育てインフォ」



PC <https://www.mcfh.or.jp/>

マタニティ教室のお申込みのほか、医師や助産師など専門家が答える相談コーナーをはじめ、子育てに役立つ情報が満載です。こまめにアクセスして、最新の情報を手に入れましょう。また、(公財)母子衛生研究会では、各市町村の窓口を通じて妊婦さんやお母さんたちに『母子健康手帳 副読本』など、子育てに役立つ各種教材を無料で配布しております。ぜひご利用ください。

マタニティ教室
開催スケジュール

■開催時間：いずれも13:00~15:30(受付開始12:30)
※参加ご希望の方は必ずお申込みください。
※プログラムや時間は会場によって異なります。
※会場は変更になることがありますので、事前にご確認ください。

(公財)母子衛生研究会ホームページ
「赤ちゃん&子育てインフォ」よりお申し込みください。

北海道エリア 4月22日(月)札幌……札幌エルプラザ 3Fホール
5月24日(金)札幌……札幌エルプラザ 3Fホール

◎(公財)母子衛生研究会 北海道地区事務局 TEL.011-233-5977

関東エリア 4月19日(金)船橋……船橋市民文化創造館 きららホール
4月23日(火)文京……文京シビック 小ホール
5月14日(火)さいたま…埼玉会館 小ホール
5月24日(金)横浜……にぎわい座 芸能ホール

東海エリア 5月21日(火)名古屋……ウインクあいち 小ホール
◎(公財)母子衛生研究会 事業部事業課 TEL.03-4334-1155

西日本エリア 5月17日(金)大阪……ドーンセンター 7Fホール
5月29日(水)神戸……兵庫県看護協会 2Fハーモニーホール
6月11日(火)京都……ウイングス京都 イベントホール

◎(公財)母子衛生研究会 西日本地区事務局 TEL.06-6941-4651

BabyPedia
Present

プレゼント

応募締切

2024年
5月17日(金)

ママにも赤ちゃんにもうれしい、豪華アイテムがいっぱい！簡単な登録だけですぐに応募できます。

PC [ご応募はwebサイトへ!](http://www.babypedia.net/) <http://www.babypedia.net/>

※当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

携帯からもOK!



Present 2

6名様



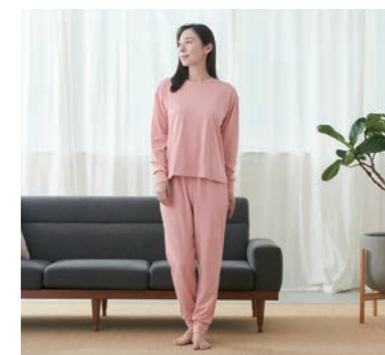
敏感で繊細な赤ちゃんの肌を守ります

70年の歴史を持つ医療機関向け製薬会社発の環境再生型オーガニックブランド「MammaBaby」のベビーソープは、1本で髪もからだを洗える泡タイプ。リッチなうおいのヴェールがお風呂上がりの乾燥を防ぎ、赤ちゃんのしっとりやわらかな肌を守ります。濃密で弾力のあるクリーミーな泡は摩擦を防ぎ、泡切れもよく肌ストレスの原因を残しません。

●価格:1,760円(税込)
●容量:400mL
◎株式会社pP TEL.03-6455-1268

Present 1

2名様



一般医療機器届出完了のリカバリーウェア

ベネクスのリカバリーウェア「STANDARD DRY+」は、生地が吸水速乾性に優れたハニカムメッシュを採用しながら、スタイリング効果を狙ったディテールでシンプルなのにデザイン性を+ (プラス)。PHTの血行促進作用により、「着て休む、ただそれだけ」で心身の疲労を回復させ、肩・腰・筋肉などのコリの改善効果も期待できます。今回は上下セット(レディース サクラ/Mサイズ)を2名様にプレゼント!

●価格:スタンダードドライ+ ロングスリーブ クルーネック 17,600円(税込)
ジョガーパンツ 18,700円(税込)
◎株式会社ベネクス TEL.046-200-9288

Present 4

5名様



「いないいないばあスタイ」
きりんをプレゼント!

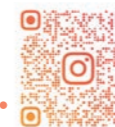
リバーシブル

スタイとパペット2wayで楽しめる

シャオールの「いないいないばあスタイ」は、スタイとしての使い方だけでなく、ポケット部分に手を入れ、パペット遊びにも使える2way仕様。紐を外して手を入れてさまざまな動きができるので、赤ちゃんとの触れ合い遊びに最適です。リバーシブルで、ストラップは肌に優しいダブルガーゼ、本体部分は吸水性の良いパイル地を使用。自宅での洗濯も可能です。

●価格:1,980円(税込)
◎株式会社シャオール TEL.0120-606-677(平日10:00~17:00) SHAOOL_OFFICIAL

Instagramで
さまざまな情報を
発信中!



Present 3

1名様



パパママの代わりに赤ちゃんをあやします

エルゴベビーの「evolve(エボルブ)バウンサー」は、首すわり前の赤ちゃんを、頭からお尻まで優しくサポートするインサート付きで、抱っこのような心地よさを実現します。シートは取り外し可能で洗濯機で洗えるので、いつでも清潔に。畳んでスリムに収納できるので置き場にも困りません。

●価格:evolve バウンサー/ライトグレー 27,500円(税込)
●対象:生後1か月(体重3.2kgから13kgまで)
◎株式会社ダッドウェイ TEL.0120-880-188

ママに知ってほしい 赤ちゃんのための スキンケア & 正しい妊娠線ケア

赤ちゃんがすこやかな肌を保つためには、
毎日のスキンケアが重要です。
赤ちゃんの頃からしっかりと肌の
手入れをすることが、大人になってからの
すこやかな肌へとつながります。

監修をお願いした先生
フイーカ レディースクリニック 副院長 窪 麻由美 先生

平成15年 東京女子医科大学卒業 順天堂大産婦人科入局 産婦人科専門医取得
平成21年 大学院卒業、博士号取得、順天堂大学医学部附属 浦安病院 非常勤で勤務、
平成30年11月よりフイーカ レディースクリニック 副院長として勤務
令和6年4月より丸の内森レディースクリニックに勤務



未発達な赤ちゃんの肌は トラブルがつきものです

赤ちゃんの肌は「もちもち・ぷるぷる」というイメージがあるかもしれませんが、実はとてもデリケートです。乳幼児の皮膚の表皮の厚さは大人の2分の1から3分の1程度と、とても薄くて傷つきやすいです。そのため、洗うときにゴシゴシこすってしまうと、すぐに傷ついてしまうので気をつけましょう。

また、皮膚はウイルスや細菌などの有害物がからだに入り込まないように防

御したり、体内の水分が逃げ出さないようにするという役割も果たしています。これを「皮膚のバリア機能」といいますが、赤ちゃんはこの機能が未発達です。さらに、生後2〜3か月過ぎてから思春期前までの子どもの肌は、乾燥しやすいのが特徴です。

毎日のお風呂で 肌を清潔に保ちましょう

赤ちゃんの肌をすこやかに保つためには「清潔」と「保湿」が大切です。肌を清潔に保つためにも、お風呂には毎日入れ



の研究結果により、アレルギーは口からだけでなく、肌を通じても体内に侵入し、アレルギー症状を引き起こす要因にもなるとして注目されています。皮膚のバリア機能が低下することで、荒れた皮膚から食べこぼした食事や花粉、ダニの破片などのアレルギーが肌に浸透しやすくなり、アレルギーを起こす可能性が高まることわかってきました。

おしりをいつも快適に 保ってあげましょう

おしりをすこやかに保ってあげることも、赤ちゃんにとって大切です。そのためにも、おむつはこまめに替えてあげましょう。おっぱいの前後や泣いたときは、おむつをチェックしましょう。紙でも布でもかまいませんが、大切なのは「こまめに替えること」です。

おしっこやうんちで汚れたおしりは、ぬるま湯にひたしたやわらかい布や脱脂綿でやさしくふき取ります。女の子は前からうしろに向かってふいてあげましょう。市販品は肌に合わないこともあるので、使うときには注意を。おしりが赤くなってしまうときは、洗面器にぬるま湯をはったり、シャワーを利用した

赤ちゃんがふれるものには 注意を払いましょう

生後5〜6か月を過ぎると、お母さんからもらった免疫もだんだんと低下していきませんが、赤ちゃん自身は免疫力が未熟です。また、生後6か月を過ぎる頃からは、手や口を使って遊ぶようになります。気になる物はなめたり口に入れたりもするようになります。赤ちゃんの免疫力は6か月頃だと大人の半分にも満たないので、赤ちゃんの口や肌にふれるものは清潔に保つようにしましょう。

生後5〜6か月を過ぎると、お母さんからもらった免疫もだんだんと低下していきませんが、赤ちゃん自身は免疫力が未熟です。また、生後6か月を過ぎる頃からは、手や口を使って遊ぶようになります。気になる物はなめたり口に入れたりもするようになります。赤ちゃんの免疫力は6か月頃だと大人の半分にも満たないので、赤ちゃんの口や肌にふれるものは清潔に保つようにしましょう。

ましょう。最初の1か月くらいはベビーバスかベビーバスマットを使うとよいでしょう。お湯の温度は、夏季は38〜39度、冬季は40度程度が目安です。お風呂の時間はからだを洗う時間も含めて10〜15分くらいで終わらせるようにしましょう。赤ちゃんの肌は毎日洗わないとシワや関節に汚れがたまってしまったり、毎日たつぷりの泡で洗ってあげましょう。洗うときは泡で包むように手でやさしく洗ってあげるのがポイントです。汚れのたまりやすいくびれ部分、おでこや頬などでもいねいに洗った後はしっかりと泡を流しましょう。洗い残しは皮膚への刺激になります。

入浴後は乾燥を防ぐために、保湿乳液やクリームなどの保湿剤を顔や全身にまんべんなく、やさしくぬりましょう。肌トラブルを防ぐためには、1日2回の保湿ケアを行ってください。朝の着替える前と夜のお風呂上がりのタイミングでたっぷり保湿してあげるといいでしょう。明るい場所で、湿疹や赤みがないかをチェックしながらケアするようにしてください（↓保湿の仕方については16ページをチェック）。

正しい保湿ケアが アトピーのリスクを軽減

2014年、国立成育医療センターの臨床研究グループが、生まれてすぐの

洗濯用洗剤は肌の 刺激になる成分は避けて

赤ちゃんの肌に直接ふれる肌着や衣類は洗剤の洗い残しやすすぎ残しがないように、しっかりとすすぐことも大切です。洗剤の成分が衣類に残っていると、汗をかいたときにその成分が肌から侵入してしまい、湿疹などの肌トラブルの原因になってしまうこともあるので、洗濯用洗剤は赤ちゃんの肌にとって刺激となるものが入っていないものを選ぶようにしましょう。

また、買ったばかりの服やタオルには糊（のり）がついていることがあり、デリケートな赤ちゃんの肌には刺激になってしまうことも。赤ちゃんへの肌刺激を避けるためには、赤ちゃんの肌に触れる前の洗濯である「水通し」をするのがおすすめです。

赤ちゃん用の洗濯用洗剤として販売していても、赤ちゃんの肌に刺激になるような成分が入っている商品もあるので、商品名やパッケージのイメージだけで購入せず、成分きちんと確認してから購入するようにしましょう。



生児期から毎日1日1回以上の保湿剤をぬることで、保湿をしていない乳児に比べてアトピー性皮膚炎の発症率が3割も減ったことを発表しました。保湿をすることによって、乾燥による皮膚のバリア機能の低下を防ぐことができたためだと考えられています。

新生児期からしっかりと保湿をして肌のバリア機能を高めてあげることが、赤ちゃんをアレルギーから守ることにつながるのです。入浴後はもちろんのこと、こまめに保湿をしてあげることが赤ちゃんの肌を守ることにもつながります。

食物アレルギーと バリア機能の関係について

これまで「食物アレルギー」は、食べることでアレルギー症状を引き起こすもの（アレルギーが体内に入ってから発症する）と考えられていました。しかし最近



日本助産師会とは

母子保健推進のため全国の助産師の連携をはかり、助産師業務の水準を維持し、その改善や向上につとめています。助産師は、自然な妊娠・出産の経過や母乳育児を大切に、専門的な知識に基づいて、母子やそのご家庭の方々へのニーズに即した安全で快適なケアを提供しています。また、各地で研修会やセミナー、イベントも行っています。

◆ 全国の都道府県助産師会

都道府県助産師会では、助産師による電話相談を行っています。相談内容は、妊娠・出産・子育てをはじめ、思春期、更年期、不妊の悩みなど幅広く対応しています。来所いただいたの相談やご家庭に訪問しての相談、学校などへの講師の派遣なども行っていますので、お気軽にご相談ください。

最寄りの都道府県助産師会の所在地や連絡先は、
日本助産師会HP内「都道府県助産師会」をご覧ください。

公益社団法人
日本助産師会
Japanese Midwives Association
<http://www.midwife.or.jp/index.html>

日本助産師会 検索



正しい妊娠線ケアをしましょう

産後も美しいボディでいられるかどうかは、
妊娠中からのケアで差がつきます。

妊娠線を防ぐためのポイント

Point 1 早めの保湿ケアを心がける

妊娠線の予防には、肌にうるおいと弾力を与えることが大切です。妊娠初期から出産直前までしっかりと保湿ケアすることが妊娠線ケアのポイントです。少しおなかが目立ってきたかな、体重が増えてきたなと感じたら、すぐにケアを始めましょう。「まだまだ大丈夫」と油断していると、妊娠後期になって急に妊娠線ができてしまう人も多いので気を付けましょう。

Point 2 妊娠線ケア専用のクリームを使う

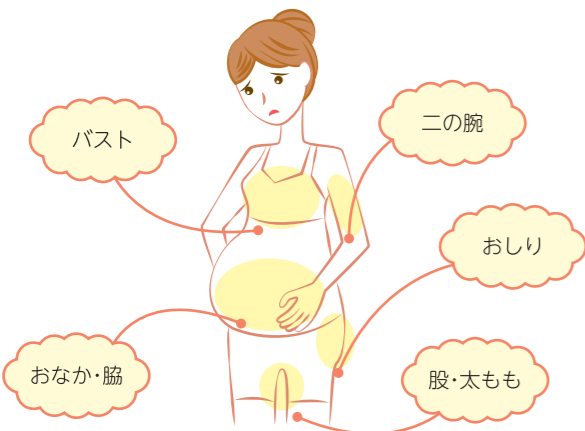
普通の保湿アイテムでもOKだと思っている人もいますが、妊娠線のケアには不十分なことも。妊娠線ケア専用のクリームは、保湿力や持続力が高だけでなく、急なおなかの変化に対応するために、弾力・柔軟性を高める成分も含まれているので、妊娠中のボディケアに特化したクリームを使うのがおすすめです。

Point 3 急激な体重増加に気をつける

急激に体重を増やさないようにしましょう。予防で最も大切なことは、妊娠の経過において適切な体重増加をすることです。急激に体重が増えるとその分、おなか之急に大きくなるため、皮膚がのびに追いつかず妊娠線ができやすくなってしまいます。

Point 4 おなか以外もしっかりとケアを

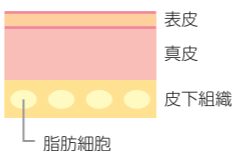
妊娠線はおなかだけにできるものではありません。バストやおしり、太もも、二の腕など、妊娠でサイズアップをする部分にしやすいので、おなか以外もケアすることが大切です。



妊娠線ってどうやってできるの？ 妊娠線ができる仕組み を知ろう！

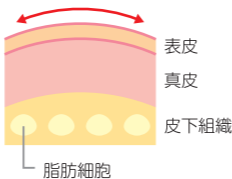
1 妊娠前

皮膚は薄く丈夫な表皮と弾力のある真皮、クッションのような役割の皮下組織から成り立っています。



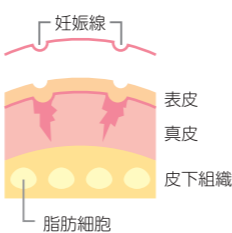
2 妊娠すると

おなかが大きくなり、皮膚の内側にある皮下脂肪が急激に増えます。



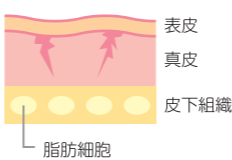
3 妊娠線の発生

おなかが大きくなることで、真皮や皮下組織がその伸びについていけずに亀裂が生じます。



4 産後の皮膚

出産後はおなか小さくなるため、妊娠線の幅は狭まるものの、割れた組織がもとに戻ることはありません。これが妊娠線となります。



妊娠線予防ケアの ワンポイントアドバイス

- クリームは塗る前に手のひらであたためて、なでるようにやさしく塗りましょう。
- おなかの赤ちゃんに話しかけながら塗ると、ママも赤ちゃんもリラックスできます。

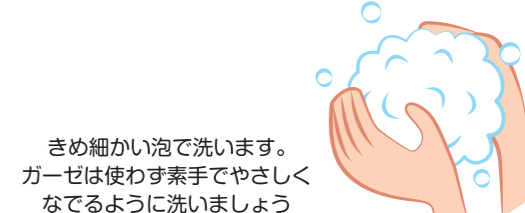
赤ちゃんのからだ・顔の洗い方

泡で汚れを包み込むようにして落とし、
肌に泡を残さないようにすすぐことが大切です。

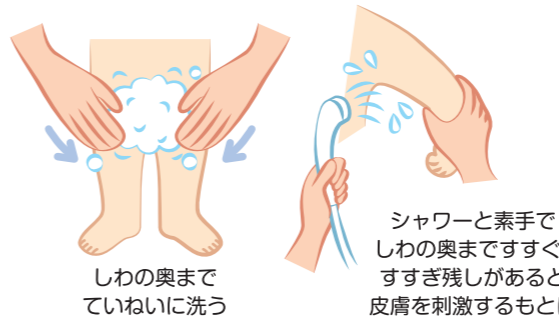
顔、おしりまわりは汚れやすい



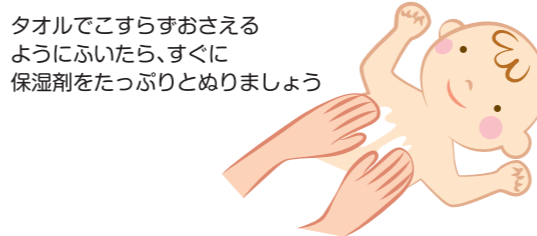
洗浄料は泡立てて



しわを伸ばして洗う



お風呂あがりはずぐに保湿を



保湿剤の ぬり方

入浴すると皮脂などが洗い流されるため、肌がとても乾燥しやすくなります。入浴後は、かならず保湿剤をぬりましょう。

ポイント

- 入浴後、5分以内に保湿を！
- 少量を薄くぬるのではなく、少し多いかなと思うくらいの量をぬる
- すりこまず、やさしく、ていねいに
- 入浴後だけではなく、朝晩1回ずつ以上のケアを。おむつ替えのときにもぬるようにしましょう

洗うときの そのほかのポイント

- 頭→顔→からだの順番で洗うのがおすすめです。
- 手や足についた泡を赤ちゃんが口に持って行ってなめてしまうので、片方ずつ洗って流してあげましょう。

赤ちゃんの未来を育む

無添加+天然ハーブ

arau. baby

アラウベビー



point 1

こだわりの無添加

石油系合成界面活性剤
合成香料 着色料 パラベン

point 2

天然ハーブのナチュラルなチカラ

自然由来の成分で香りや機能をプラス

point 3

皮膚科医評価済み

乳幼児を対象にした皮膚科医による安全性テスト実施済み

※すべての安全性を保証するものではありません。



— アラウ.ベビーの3stepスキンケア —



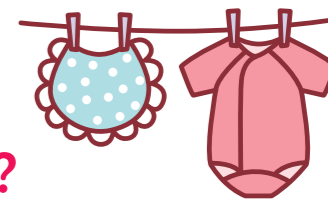
「アラウ」の売上げの一部は、国際NGO「セーブ・ザ・チルドレン」を通じてアフリカ・ウガンダの子供たちの衛生や健康改善に使われています。

SARAYA's 肌を育むスキンケア



実は知らない人が多いんです

無添加表記なのに合成添加物が入ってるかも!?

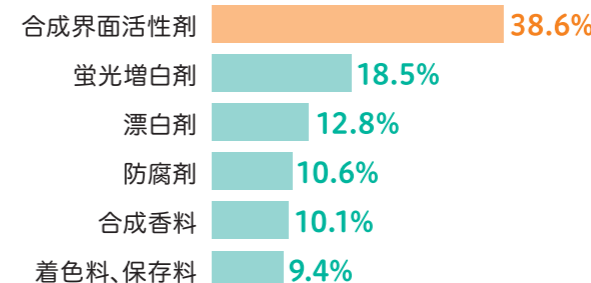


赤ちゃん用の洗濯洗剤の正しい選び方知ってますか？

妊婦さん&ママの「赤ちゃん用洗濯洗剤」についての意識調査

2018年1月19日～1月28日 妊婦さん、ベビーママ841名が回答 育児サイト「ニブス」調べ

Q 赤ちゃん用の洗剤でもっとも避けたい成分は？



check 1 意識調査をしてわかったこと

赤ちゃんの肌のために避けたいと思っている成分第1位は「合成界面活性剤」でした。そのために「無添加」と表記された洗剤を選ぶママも多いようです。しかし実際は、合成界面活性剤が含まれていても、「無添加」と表記されてしまうということを知っているママは4人に1人と少数派でした。

check 2 「無添加」表記の落とし穴！

日本では「無添加」という表記の決まりはともゆるく、「無添加」という表記があっても「合成添加物が含まれていない」ということではありません。現状では、各メーカーが定めた「添加物」が使われていなければ「無添加」と表記できてしまいます。そのため、市販の赤ちゃん用洗剤の中には合成界面活性剤や合成香料が含まれているものもあります。

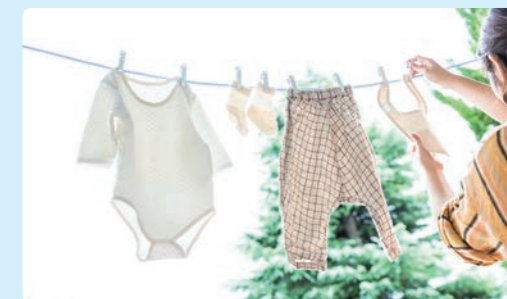
check 3 赤ちゃん用洗濯洗剤を選ぶときのポイント

「無添加」「赤ちゃん用」の表記だけではなく、何が無添加であるか知った上で選ぶことが大切です。ひとつの基準としては、パッケージの裏面にある品名表示に「洗濯用せっけん」と書いてあれば、純石けん100%で合成界面活性剤は含んでいません。チェックしてみましょう！

生まれる前にできるスキンケア

ベビー服の「水通し」について

赤ちゃんが生まれる前に、肌着やおくるみなどを洗っておくことを「水通し」といいます。一度洗濯しておくことで、吸水性や肌ざわりを良くして清潔な状態にします。水洗いでは落ちないものもあるので、ベビー用の洗濯洗剤を使って「水通し」をするのがおすすめです。その際に余計な成分が入っていない洗濯洗剤を選ぶことが重要です。



ベビー・子供用品
バースデイ



今だからこそ着れるかわいさ♡
上品なフレンチスタイルでギフトにも!



ベビーカーも
豊富に取り揃えております!



毎日の暮らしに欠かせない
食品や衛生雑貨も!

毎週のチラシや
人気商品の販売など、

おトクな
情報は
こちらから!



オンラインストア
営業中!



バースデイ
オンラインストア



47都道府県 **325** 店舗
※2024年3月20日時点

詳しい店舗情報は
WEBでも
ご確認ください

バースデイ <http://www.s-birthday.com/>

出産から育児、小学校までの
幅広い商品を提供するベビー・子供用品の専門店