

2019-02-01(金)

## マタニティ下着の必要量と使い方を考える

結婚生活4年目にしてみたく授かった。

どうやらマタニティ下着が必要らしいと知って、

必要量と使い方を考えながらちよつとずつ買い揃えた。

初めて買ったマタニティ下着は妊婦帯だった。妊婦帯は、大きくなったお腹を支えるための機能性下着で、昔ながらのさらし帯は腹帯と呼ばれていた。腹巻きタイプやガードルタイプ、マジックテープで止められるベルトタイプ等があり、腰への負担軽減や保温、お腹への衝撃緩和に役立つ。使わない人もいるらしいけど、首や肩、腰がよくこる私には必要と思って、安産祈願に持って行けるように妊娠5ヶ月の頃買った。

ブラやショーツも手持ちの物を窮屈に感じるようになって、買うことにした。何着買えばいいだろう？短い間しか着ない物なので必要最小限にしたい。メーカーやお店が作成している冊子等に必要数の目安が書いてあるけど、これは私にとっての必要量とは違う気がした。それでまずは手持ちの下着を確認して買い替えたい数を決めた。

妊婦帯はそれ程迷わなかったけど、ブラやショーツは種類が多くて迷った。ブラは授乳機能の種類によってデザインが違う。ショーツも股上の長さがローライズから大きなお腹がすっぽり入る物までである。胸やお腹は出産まで大きくなっていくので、サイズ選びも難しい。ブラは機能の好みで2着、ショーツは「産前・産後使える」物を中心に3着買った。

年末年始に旦那さんの実家に3泊するのに、下着の数が足りないとってカップ付き授乳下着、2着とショーツを1着買い足した。それで下着の必要数は洗濯頻度によると気付いた。洗濯が3日に1回なら4着となる。あと入院用に2着用意すれば必要量を満たす。授乳が終わった後の使い方も考えた。カップ付き下着はカップを外して普通の下着に、入院用下着は楽なので寝る時用の下着にしようかな。



左:腹巻きとベルトセット妊婦帯 / 右:ベルトタイプ妊婦帯

著者:minima

アラフォー女子。グリーンコンシューマー東京ネット  
会員。この連載をまとめた電子書籍  
「[エコな買物がしたい](#)」がアマゾンにて販売中。