



一人暮らしに必要なもののリスト



© CD Energy Direct Co.,Ltd.

必須アイテム 	☐	寝具	掛ふとん、敷ふとん、枕、カバー・シーツ類
	☐	カーテン	ユニットバスの場合はシャワーカーテンも
	☐	テーブル	
	☐	食器	お茶碗、お椀、大皿、小皿、丼、グラス、マグカップ、箸、フォーク、スプーン、ナイフなど
	☐	照明器具	備え付けではない場合
	☐	調理器具	鍋、フライパン、菜箸、お玉、フライ返し、包丁、まな板など
	☐	冷蔵庫	自炊する人：150～250L 自炊しない人：150L前後
	☐	電子レンジ	20L程度
	☐	洗濯機	5～6kg程度
	☐	エアコン	備え付けではない場合
日用品 	☐	タオル	バスタオル、フェイスタオル
	☐	キッチン用品	スポンジ、ラップ、アルミホイル、ピーラー、キッチンバサミ、計量カップ、食器用洗剤、水切りかご、ふきんなど
	☐	調味料	塩、コショウ、醤油、サラダ油など
	☐	トイレタリー用品	歯ブラシ、歯磨き粉、シャンプー、ボディソープ、ハンドソープなど
	☐	トイレトペーパー	
	☐	掃除用品	お風呂用洗剤、トイレ用洗剤、ブラシ・スポンジ、雑巾、ゴミ箱、ゴミ袋、床クリーナー、ほうきなど
	☐	ティッシュペーパー	
	☐	ハンガー・洗濯ばさみ	
	☐	洗濯ネット	
	☐	ドライヤー・ヘアアイロン	
	☐	靴ベラ	
	☐	シューケア用品	
	☐	消臭グッズ	
	☐	救急箱	
	☐	防犯グッズ	補助錠、のぞき見防止用ドアスコープカバー、防犯フィルムなど
	☐	文具	ボールペン・油性ペン、ハサミ・カッター、メモ用紙など
男性	☐	髭剃り	電気シェーバー、シェービングフォーム
女性	☐	生理用品	(あると便利) トイレ用ゴミ箱、中身の見えないゴミ袋
便利なアイテム 	☐	電気ケトル	
	☐	炊飯器	3合炊き程度
	☐	オーブントースター	
	☐	テレビ	4.5～6畳...24～32インチ 8～10畳...40～50インチ 12畳以上...52インチ以上 (いずれも目安のサイズ)
	☐	掃除機	
	☐	体重計	
	☐	延長コード	
	☐	ベッド	シングルもしくはセミダブル
	☐	ソファ	
	☐	工具セット	ドライバー、メジャー
	☐	ゴミ箱	部屋ごともしくは分別(可燃ゴミ・プラスチックゴミなど)用に複数
	☐	収納ボックス	
	☐	タッパー	
	☐	洗濯かご	
	☐	バスマットやキッチンマット	
	☐	突っ張り棒	
	☐	姿見	