

宿泊型の過ごし方



1泊2日でゆったり過ごせる宿泊ケア

ママの休息を中心に、赤ちゃんも安心して過ごせるよう、1泊2日の流れをわかりやすくご案内します。

10:00



● 入所・オリエンテーション



入所

入所時間は遅れても大丈夫です。出発直前のおむつ替えやうんちなど、いろいろなことが起こります。20分を超えそうな場合は、ベースでご連絡ください。



初めての場所でも
安心できるように

初めての場所や初めて会う人に、赤ちゃんも不安です。
ゆっくり時間をかけて着者に慣れてもらうようにしています。



物品お預かり

ご自宅での過ごし方や1日の流れをお聞きし、
できるだけご自宅のリズムに合わせたケアをさせていただきます。



● 離乳食について

入所直後の離乳食はお母さんをお願いしています。
慣れていない時や安全やり流、人見知りや不安で泣いてしまうこともあり、
誤飲の可能性がありますので。



10:50ごろ



● 赤ちゃんお預かり

赤ちゃんをお預かりし、ママは2階で
ゆっくり休息していただけます。



11:30ごろ



● 昼食・赤ちゃんとの時間

- ・プレイルームで赤ちゃんとお過ごし
- ・離乳食・ママは昼食
- ・授乳・ミルク

すぐに長時間のお預かりは赤ちゃんの不安が強いです。
お食事を作らせていただく間、赤ちゃんと一緒に過ごしていただいています。
人見知りが強く、授乳後の分泌に直接影響を与えない、ミルクを飲まない場合は、
お母さんをお願いしています。聴覚・触覚・安全場所のためです。ご安心ください。



13:00ごろ



● 午後の過ごし方

- ・お昼寝
- ・授乳・ミルク
- ・プレイルームで遊ぶ／敷地内散歩／ベビーマッサージ

赤ちゃんの様子が気になる場合、
お気軽に1階プレイルームにお越しください。



17:00ごろ



● 夕方の過ごし方

- ・プレイルームで赤ちゃんとお過ごし
- ・離乳食・ママは夕食
- ・授乳・ミルク



18:00ごろ



● お風呂・沐浴

- ・お風呂・沐浴
- ・授乳・ミルク



20:00ごろ



● 夜の過ごし方

- ・ねんね

夜間の授乳・ミルクはママの体調に合わせて行うことができます。
夜間授乳がある場合、自室で授乳が可能です。



7:30ごろ



● 朝の過ごし方

- ・起床
- ・朝食（ママ）
- ・離乳食

起床時間は決まっていません。お母さんの体調や、
離乳食を作ってほしい時間を教えてください。
朝食提供時間は8時30分までとしています。



9:00



● お迎え準備・ご案内

- ・1階プレイルームにお荷物を持ってお越しください。
- ・お預かり中の赤ちゃんの様子をお伝えさせていただきます。
- ・授乳・ミルク／母子手帳・物品返却



10:00



● 退所

1泊2日の流れをご確認いただき、ご帰宅となります。



安心して過ごしていただくために

① 助産師がそばでサポート

いつでも相談できる環境で、
ママの心と体をサポートします。



② 赤ちゃんの様子を丁寧に共有

授乳や睡眠、機嫌などを
しっかり記録し、
わかりやすくお伝えします。



③ ご自宅のリズムを大切にされたケア

ご家庭のスタイルを尊重し、
無理のないサポートを
心がけています。

産前産後ケアサポート フィーカ

ママと赤ちゃんに、やさしいごほうび時間を