

宿泊型（離乳食あり）

ご宿泊時のお持ちもの

安心してゆっくり過ごしていただくために、
事前にご準備をお願いいたします。



ママのお持ちもの

- ☐ 母子手帳
- ☐ 産後ケアチケット または
利用承認通知書
- ☐ ご利用料金
- ☐ 普段飲んでいる飲み物
※お水やお茶はご用意しています
- ☐ 携帯の充電器
- ☐ 耳栓（必要な方）
- ☐ アイマスク（必要な方）
- ☐ お菓子や軽食
- ☐ 歯ブラシ
- ☐ 化粧水などのスキンケア用品
- ☐ 部屋着
- ☐ 母乳パッド・生理用品（必要な方）
- ☐ 乳頭ケア用品（必要な方）
- ☐ 普段服用しているお薬



シャンプー・コンディショナー・
ボディソープはご用意しています♪

ベビーちゃんのお持ちもの

- ☐ 粉ミルク（必要な方）
- ☐ 哺乳瓶2本（使用している場合）
- ☐ オムツ
- ☐ おしゃぶり（使用している場合）
- ☐ 保湿剤・塗り薬
- ☐ お気に入りのおもちゃやタオル
- ☐ 離乳食
- ☐ 離乳食スプーン
- ☐ 夜用パジャマ・ベビー服・肌着
- ☐ 帰宅時のベビー服、肌着、スタイなど



フィーカのもので大丈夫でしたら、
ご持参いただかなくても大丈夫です。

離乳食について

- ベビーフードでも手作りでも大丈夫です
- 少し多めにご持参ください
- 環境が変わると、普段より食べることがあります
- 手作りは冷凍し、保冷バッグでご持参ください
- 食器は不要です
- 初めての食材、気になる食材は避けてください
- 離乳食後期で軟飯の場合も、お母さんのご飯の
取り分けはできません。必ずご持参ください

わからないことがあれば、いつでもお気軽にご相談くださいね。

産前産後ケアサポート フィーカ