

宿泊型（離乳食なし）

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
（完全母乳の場合は不要です）
- ☐ 哺乳瓶 2 本
（使用している場合）
- ☐ おしゃぶり（使用している場合）
- ☐ オムツ
- ☐ 保湿剤・塗り薬
※小児科・皮膚科で処方されている
ものなど、こまめに塗る必要がある場合
- ☐ 帰りに着るベビー服・肌着
- ☐ お気に入りのおもちゃや
タオルなど

こちらでご用意させて頂いているもの

- | | | |
|--|--|--|
| ☐ バスタオル・タオル・ガーゼ | ☐ マグカップ・コップ・
スプーン・お箸 | ☐ 赤ちゃんのお着替えや
スタイ |
| ☐ 冷蔵庫・冷凍庫 | ☐ カフェオレ・ハーブティー | ☐ おしりふき |
| ☐ 電子レンジ・電気ケトル | ☐ ドライヤー・ヘアアイロン | ☐ 沐浴用の石けんなど |

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