

☑【産後ケアに必要なもの】

- ☐ 利用通知登録書
- ☐ マイナ保険証もしくは健康保険証
- ☐ 母子手帳
- ☐ 診察券（お持ちの方）
- ☐ 育児日誌（現在利用中であれば）

貴重品や高価なものは
お持ちにならないよう
お願いします



☑【お母さんの持ち物】

- ☐ 着替え（レンタル有り）
- ☐ タオル類（レンタル有り）
- ☐ 下着/靴下
- ☐ かかとが留まる履き物やすべりにくい靴底の上履き
（室内用のスリッパは滑りやすいのでご遠慮ください）
- ☐ ティッシュ
- ☐ 食器類（箸、スプーン、コップ）
- ☐ 洗面用具（シャンプー、ボディソープ、歯ブラシ）
- ☐ スマートフォンなどの充電器
- ☐ 不織布マスク
- ☐ 現在お使いのお薬（軟膏なども含む※産後ケアでは処方できません）
- ☐ ナプキン/母乳パッド（必要な方）

☑【赤ちゃんの持ち物】

- ☐ 赤ちゃんの着替え・おくるみ
- ☐ ベビー用ガーゼ類
- ☐ 現在お使いのお薬（軟膏なども含む※産後ケアでは処方できません）
- ☐ 使い慣れたスキン用品（保湿剤等のスキンケア用・必要な方）

