



産後ケアご利用中の過ごし方



『ぽこあぽこ』
の
デイケア(例)



おっぱいのあげ方
ミルクの足し方は
どうしたらいいの？

10:00

チェックイン

問診

乳房ケア(必要に応じて)

11:45

昼食・赤ちゃんのごはん相談



沐浴・入浴

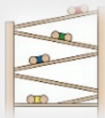
休息

15:00

おやつ・育児相談

16:00

チェックアウト



乳房ケア 授乳相談 沐浴の練習

抱っこの仕方の相談 抱っこひもの装着練習

タッチケア ふれ合い遊び 赤ちゃんのごはん相談

絵本の読み聞かせ 木のおもちゃでの遊び

ゆっくり過ごしたい 話を聞いて欲しい など

…その他にもいろいろな
過ごし方ができます。

お母さんの希望があれば、
是非お聞かせください。