

# 産後ケアをご利用の方へ

一般社団法人福島県助産師会 TEL 024-573-0211



## 準備して欲しいもの

### § 宿泊ケアをご利用の方



#### お子さん

- ・おむつ、着替え一式
- ・ミルク、哺乳瓶（必要な方）
- ・ガーゼ（2～3枚）



#### お母さん

- ・母子健康手帳
- ・ご利用料金
- ・部屋着、パジャマ、下着
- ・洗面用具一式  
（歯ブラシ、歯磨き粉、  
ヘアブラシ、洗顔石鹸など）
- ・入浴用具一式、  
（シャンプー、リンス、石鹸、  
ウォッシュタオルなど）
- ・フェイスタオル 2～3枚
- ・バスタオル 1枚
- ・ナプキン（必要な方）

※ご利用期間分ご準備を、お願い致します。

### § 日帰りケアをご利用の方



#### お子さん

- ・おむつ、着替え一式
- ・ミルク、哺乳瓶（必要な方）
- ・ガーゼ（2～3枚）



#### お母さん

- ・母子健康手帳
- ・ご利用料金
- ・昼食
- ・フェイスタオル 2～3枚
- ・バスタオル 1枚
- ・ナプキン（必要な方）

### ◎助産所で準備してあるもの

- ・お湯、ポット、ドライヤー、授乳クッションなど。
- ・各助産所ごとに異なります。  
ご利用の助産所にお問い合わせ下さい。

### ご利用可能助産所一覧

ふくしま助産所（福島市）  
ゆりかご助産院（福島市）  
もみじ助産院（郡山市）  
すかがわ助産院きずな（須賀川市）  
かしわ助産院（西郷村）  
こみゅーん助産院（いわき市）  
相馬助産所（相馬市）  
会津助産師の家おひさま（猪苗代町）

TEL 024-572-3766  
TEL 070-9037-1031  
TEL 080-9254-4639  
TEL 090-8783-1162  
TEL 090-4888-9105  
TEL 0246-23-3303  
TEL 080-6012-4181  
TEL 0242-85-8303