







宿泊中のスケジュール 3泊4日編

1泊2日は、入所日+退所日
2泊3日は、入所日+3日目+退所日

時間	入所日	2日目	3日目	退所日
0:00~ 6:00	<p>ママの里をご利用いただきありがとうございます。 どんな場所？どんなことをするのかな？ と、思っているんじゃないですか？ 宿泊中は、お母さまと一緒にどんなふうに過ごしていくか考えます。 ぜひ、スケジュール表をご活用いただき、遠慮なくお話を聞かせてください。</p> 	 就寝中、お困りの時もスタッフがお手伝いします。		
7:00		検温 *体調確認もします	検温 *体調確認もします	検温 *体調確認もします
8:00~ 8:30		朝食（食堂）	朝食（食堂）	朝食（食堂）
9:00~ 11:00		本日の予定（入所日にチェックします） □骨盤体操 □足湯 □授乳相談 □沐浴 □マット浴（スタッフ・母） □入所中のケア（参照1）	本日の予定（入所日にチェックします） □骨盤体操 □足湯 □授乳相談 □沐浴 □マット浴（スタッフ・母） □入所中のケア（参照1）	受付にて会計（10:00までに退所） *昼食代等の精算をお願いします
11:30		検温 *体調確認もします	検温 *体調確認もします	
12:00		昼食（居室）	昼食（居室）	
13:00		館内でごゆっくりお過ごしください。	館内でごゆっくりお過ごしください。	
14:00	入所（受付にて会計）	□ママ入浴（13:30~） □フットマッサージ	□ママ入浴（13:30~） □フットマッサージ □振り返り	
15:00~ 16:00	ご利用いただく目的等についてお聞きし、宿泊中のスケジュールと一緒に立てます。その後、入浴となります。		*利用した感想をお聞かせください。	お母さまの入浴は、夕食前までにご案内をしています。お子さまはお預かりしますので、石和温泉でおくつろぎください。
17:00	検温 *体調確認もします	検温 *体調確認もします	検温 *体調確認もします	
17:45~ 18:15	夕食（食堂）	夕食（食堂）	夕食（食堂）	
19:00	館内でごゆっくりお過ごしください。		館内でごゆっくりお過ごしください。利用連絡票とアンケートのご記入をお願いします。	センターからご利用するお母さまへ センターでは、現在感染予防対策として夜間はお子さまのお預かりをしておりません。 ご了承くださいませ。
20:00				
20:30	消灯			
22:00	 お子さまと一緒に休みください。	寝かしつけやぐすりなどの対応でお困りの時は、スタッフがお手伝いします。		
23:00				

（参照1）
入所中のケアには・・・
□ 母乳ケア
□ 授乳姿勢の確認
□ ミルクの足し方
□ 抱っこ仕方
□ 抱っこ紐の指導
□ 泡沫浴の仕方
□ ふれあい遊び
□ 寝ぐすりへの対応
□ プチベビマ
□ 疑問に思っていることへの対応
等があります。

宿泊日数やお母さまの状況によりご希望に添えない場合もございます。ご了承ください。

入所の際にプランと一緒に考えますのでスタッフにご相談下さい。

