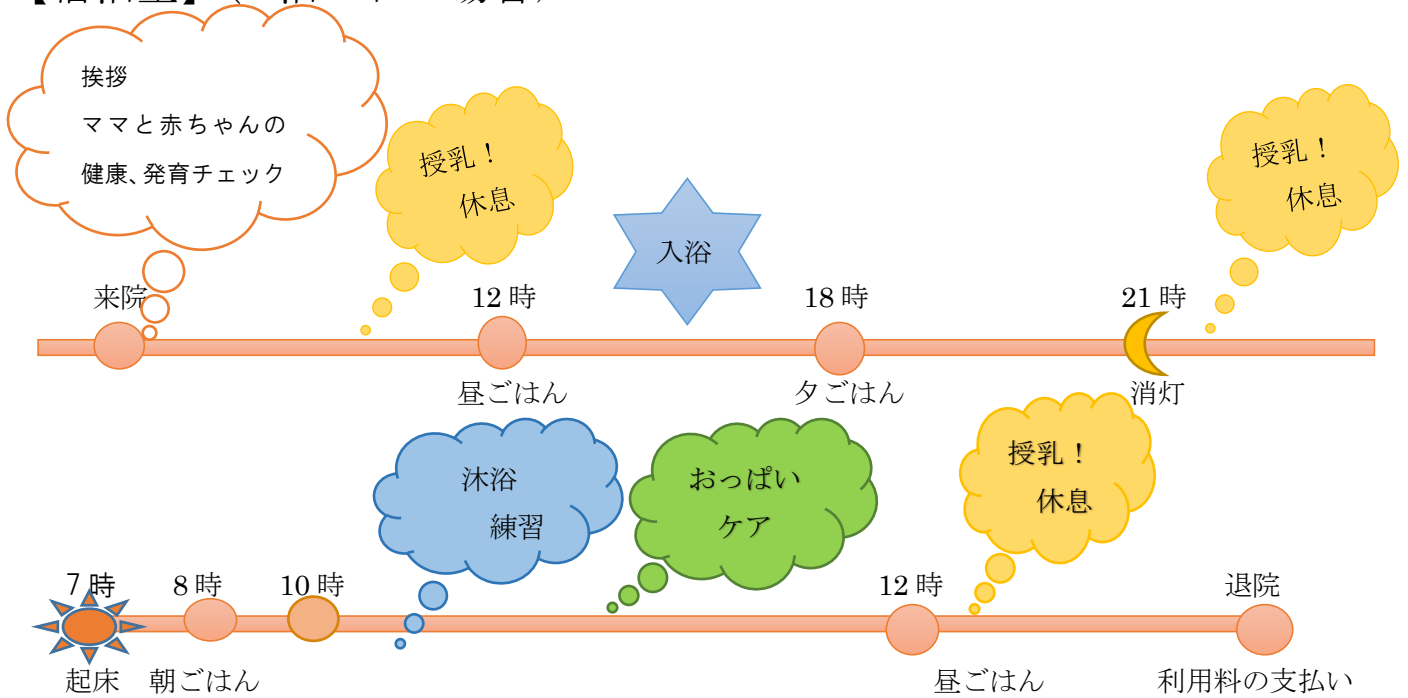


# スペルマンの産後ケアのタイムスケジュールの例～

## 【宿泊型】（1泊2日の場合）



\*他の利用されているお母さんとお話ししながら昼食を摂ります。

\*疲れているときは赤ちゃんをスタッフに預けてゆっくり休んで大丈夫ですよ！

\*スペルマンにお越しになる時間やお帰りになる時間はママの都合に合わせてご希望の時間をお伝えください

## 【デイサービス型】

