

-子育てはお腹の中から-

のりしろ

エコ写真用ポケット

のりしろ

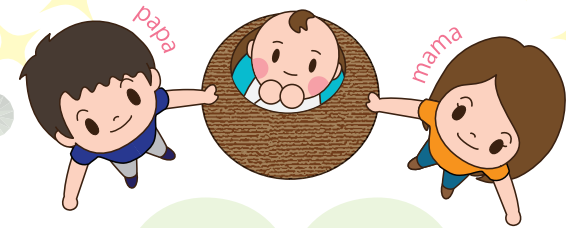
のりしろ

骨格ケアとマタニティ&ベビーケア用品
トコちゃんベルトの青葉



BabyHug Diary

ちゃんが生まれるまで



妊娠後期編
8ヶ月～

8か月

enjoy♪



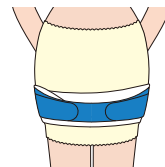
毎日、Babyに話しかけてるよ～子守歌は、

8ヶ月
エコー写真を貼ってね♪

撮影日

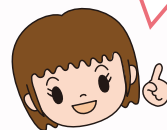
月 日

出血がおさまったら
2ヶ月は「ダブル巻き」!



産後も
骨盤ケア♪
写真

これ、
知ってる?



おひなまきに
巻いた写真



いじこ

“ダブル巻き”

恥骨と腰を支えて
骨盤ケア!

アンダーベルト
RENEW



+



トコちゃんベルト

ダブル巻きに
挑戦! 写真

命名

Blank space for the baby's name.

ちゃん

Baby の写真

年	月	日
午前/午後	時	分
体重:	g	
身長:	cm	

おめでとうございます



9か月

POINT

膣やお尻の穴に
力を入れたり・ゆるめたり

骨盤底筋を引き締めよう!
～尿もれ、シモのトラブルの軽減に～



トコサポート®

吸水
速乾

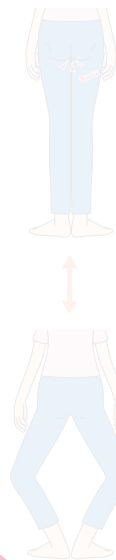
骨盤底筋を
支え上げる

体幹が
安定

雑巾がけも
運動のひとつに
加えてね



ママの
引き締め運動写真
(お尻)



9ヶ月

エコー写真を貼ってね♪

撮影日

月 日

Refresh

呼吸は **呼** はく が Point よ♪



呼吸に集中して
陣痛を乗り切ろう！



ママの写真を貼ってね♪

分娩台でも
しっかり踏ん張ろう！

ママの写真を貼ってね♪

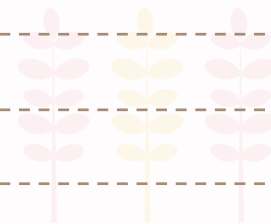
足のパタパタ運動

無理は
しないでね！



10か月

お腹の中の
Baby へのメッセージ



10ヶ月
エコー写真を貼ってね♪

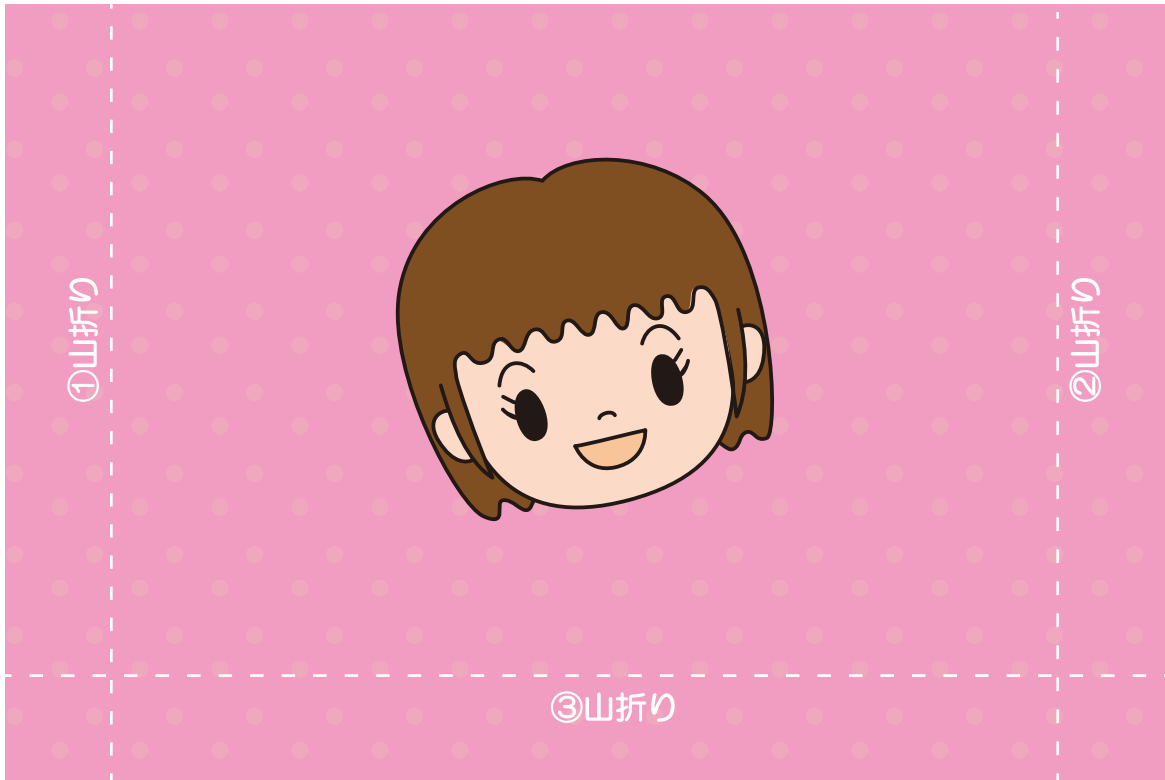


トコちゃんベルトを
忘れずにね♪

撮影日
_____ 月 _____ 日

入院時の準備リスト

- | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



裏表紙
エコ写真用
ポケット

のりで貼ってね♪

