

1. デイサービス用(通い)

カバンに入れたら「✓」

区分	品目	ポイント / 注意事項	マツオカで 揃うもの	必用枚数	購入済み	準備済み
衣類	普段着(上下1~2組)	動きやすい伸縮素材・前開きタイプが便利	○			
	下着・肌着(1~2枚)	綿素材など肌に優しいもの	○			
	靴下(1~2足)	滑り止め付きが安心	○			
履物	室内履き	かかと付き・滑りにくいタイプ	○			
	外履き	着脱しやすく安定性のある靴	○			
タオル類	フェイスタオル(2枚)		○			
	ハンカチ(1~2枚)		○			
洗面・衛生用品	紙おむつ	必要に応じて				
	尿取りパッド	必用に応じて	○			
	マスク		○			
	ティッシュ		○			
名入れ必須アイテム	アイロンシール		○			
	布用スタンプ					
	ネーム刺繍	オプション				
書類・医薬品・貴重品	健康保険証					
	介護保険証					
	診察券					
	お薬手帳					
	個人の薬(当日分)					
	少額のお金	売店や自販機用				
カバン類	デーバック	両手があき、杖が使いやすい	○			
	小銭入れ	売店や自販機用	○			

補足アドバイス

※ 全ての衣類・タオル・履物に名前を記入

※ 荷物はひとまとめにできる軽いバッグが便利

※ 必要最低限にして持ち物を減らすことが安心

※ 施設によって準備物が異なる場合があります

※ 「準備済み」= 家に元々ある物+購入した物を合わせて、実際にカバンやケースに入れた時点で「✓」をつけます。