

## 【産後ケア】

産後のお母さんは、育児に不安を抱えたり、出産や育児の疲れから体調が崩れがちになったり、こころもからだも不安定になる場合があります。

当院では、退院後も安心して子育てが出来るよう「産後ケア」によるサポートを行っています。産後ケアを利用してこころとからだを休め、育児不安を解消しませんか。助産師がサポートしますので安心してお気軽にいらしてください。

### 対象者

産後4か月までのお母さんと赤ちゃん

### 実施日・時間

毎週木曜日

日帰り:3時間コース 10:00~13:00

6時間コース 10:00~16:00

### 費用

3時間コース 3880円 ・ 6時間コース 6880円 \*昼食代含む

※当院と産後ケア事業の契約がある市町村にお住まいの方は、利用負担額が異なります。

事前にお住まいの市町村での手続きが必要です。来院時は、利用承認通知書をご持参ください。

### 内容

- ・お母さんの心と体のケア(乳房ケア・育児相談・休養・入浴)
- ・お子さんの健康チェック、育児サポート(授乳・沐浴の練習等)

※ご希望する内容を伺い、ケアを行います。

### 予約方法

・産婦人科病棟(内線211)へ電話(利用希望日の週の月曜日12時締切)

### 来院時の持ち物

- ・母子健康手帳
- ・診察券と保険証(お母さん・お子さん)

#### <お子さん>

- ・月齢によって使用している哺乳瓶、乳首、オムツ、着替え
- \*特殊ミルクの場合はお持ち下さい

#### <お母さん>

- ・処方されている薬
- ・タオル類(入浴される場合)
- ・リラックスできる服装(病院の病衣を借りたい方は別途手続きが必要です)

※上の子供さんは受け入れできません。

