

# 産後ケア大船渡病院のご案内

”育児や生活の悩みを相談したり、話をしたい” ”ゆっくりと休む時間がほしい”  
そんなママに向けてお知らせです。病院の産後ケアを利用してみませんか？  
病院の助産師がママと赤ちゃんをサポートします。

対象者

陸前高田市に住所のある4ヶ月未満の赤ちゃんとそのお母さん  
(きょうだいは利用できません。)

場所

岩手県立大船渡病院6階 産後ケアルーム



日時

第3木曜日の10時～16時 (完全予約制)

▷詳細は裏面へ

料金

3,000円 (令和8年度は国、岩手県、陸前高田市の補助により**無料**)  
※昼食・おやつ代 (690円) は、別途自己負担となります。

## ケアの内容

時間やケアの内容は、希望に  
添って一緒に考えます♪

《ママ》

- 健康チェック
- 授乳相談
- 休息
- 乳房マッサージ
- 足浴・マッサージ  
など



《赤ちゃん》

- 体重測定
- 沐浴
- 発育相談
- 栄養相談  
など

## 当日の流れ(例)

- 10時 来院・オリエンテーション  
当日のケアを相談します。
- 11時 休息、授乳ケア など
- 12時 昼食
- 13時 休息、沐浴、授乳ケア  
赤ちゃんの体重測定  
ママのシャワーなど
- 14時 お昼寝
- 15時 おやつ
- 16時 帰宅

産後ケアへ  
ようこそ

利用者の感想

足浴・マッサージ機を使用できて気持ち良かった。  
2人目ママ

赤ちゃんを預けることができて、ゆっくり休めて、気持ちのリフレッシュになりました。  
2人目ママ



子どもの体重や身長を測定してもらえて、順調に育つてると言ってもらえて安心しました。  
1人目ママ





# 令和8年度日程表

日にち	申込期間	日にち	申込期間
4月30日(木)	~4/21	10月22日(木)	~10/13
5月21日(木)	~5/12	11月19日(木)	~11/10
6月18日(木)	~6/9	12月17日(木)	~12/8
7月16日(木)	~7/7	1月21日(木)	~1/12
8月27日(木)	~8/18	2月18日(木)	~2/9
9月17日(木)	~9/8	3月11日(木)	~3/2

※日程は変更となる場合があります。申込みの際、ご確認ください。

## 持ち物

- 母子健康手帳
  - ママの飲み物
  - 本人確認のできる書類  
(運転免許証やマイナンバーカードなど)
  - 赤ちゃんの着替え
  - ママの着替え  
(休息時のパジャマ、シャワー後の着替え)
  - ママがシャワーの際に使用するもの
- ※おむつやミルク、哺乳瓶は準備してあります。  
自分のものを使用したい方のみご持参ください。



## その他

感染症にかかっている場合や医療機関での治療が必要な方は利用できません。

## <申込み方法>

- 電話又は下記の二次元コードより利用希望日の9日前までに申込みください。
- 申込み者には、利用希望日の7日前までに利用の可否を電話にてご連絡します。  
※申込み多数の場合は、抽選となります。
- 予約された方には、後日、大船渡病院から当日のケアについて確認の電話があります。

## <問い合わせ先>

- キャンセルなどの連絡先：岩手県立大船渡病院 産婦人科外来  
電話 0192-26-1111
- その他の連絡先：陸前高田市福祉部保健課母子保健係  
電話 0192-54-2111 (内線231)  
(平日8:30~17:15)

申し込みはこちら

