

産後ケアのご案内

”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。8日前まで)

料金

3,000円(令和7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。



支援内容

《ママのケア》

健康状態のチェック、ママの休息
授乳相談、乳房マッサージ、足浴など

《赤ちゃんのケア》

体重測定、沐浴、
赤ちゃんの栄養・発育の相談 など

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。



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

※こちらは例になります。時間やケア
内容は、希望に添って一緒に考えます。



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。
- 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。

＜申込み方法＞

- 各申込み期間内に、電話又は下記の二次元コードより利用希望日の8日前まで申し込みください。
- 申込み者には、利用希望日の7日前までに利用の可否をメール又は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。

＜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) 申し込みはこちら

