

クローズアップ「産後ケア」

ひとりで育児に悩んでいませんか？私たちがサポートします！

当院では、出産直後のお母さんの健康面や授乳、育児等の不安を軽減するため、助産師による支援を行なっています。お母さん一人一人に合ったケアサービスを提供し健やかに育児ができるようサポートしていきます。



▲ 産後ケアスタッフ

ある日の産後ケアの一日



お母さんと赤ちゃんが到着。助産師さんがお出迎えし、産後ケアスタート！まずはゆったりした服に着替えましょう！

相談



「これまでの育児の様子を聞かせてください！」日常の様子を伺い、どんなケアを受けたいか相談します。じっくりお話をするので、安心してケアが受けられます。

授乳指導



「この姿勢がいいね」授乳の度に助産師さんから丁寧な指導を受けられます。乳房マッサージも行ないました。

ゆっくり休憩



赤ちゃんを助産師さんに預けてお部屋でゆっくりお休み。自由に好きなことをして過ごします。ドリンクサービスも充実していて嬉しい！

昼食



出来立てのお弁当と焼き立てのパン。温かいまま召し上がれます。育児は体力勝負。しっかり食べて体力づくり。



少しの間赤ちゃんとは離れていると愛おしい気持ちがますます大きくなりました。一日体を休めて、たくさん相談もでき、スッキリ笑顔で帰宅しました！



「前回よりも体重、哺乳量ともに順調に増えていますね！」助産師さんに今日の赤ちゃんの様子と今後の育児のアドバイスを受けます。

体重・哺乳量測定



体重測定、哺乳量測定。哺乳量測定では授乳をする度に計測してもらえするため母乳がしっかり飲めているか確認ができて安心。改めて我が子の成長を実感。

沐浴



助産師さんに沐浴してもらう赤ちゃん。とっても気持ちが良いそう。沐浴指導も受けられます。

● 産後ケアを利用して

退院後、出産した医療機関で指導されたように授乳を行なっていましたが、思うように授乳ができず乳腺炎になってしまい、授乳に自信がなくなりました。そんな時に産後ケアに参加させてもらい、授乳や乳房ケアを自分に合う形で指導していただき、授乳に関する不安が解消されました。授乳以外の時間は娘を見ていただけなので、睡眠を取ったり休息でき心身ともにリフレッシュできます。小さな悩みでも気軽に相談できるので、心の支えになっています。背中を押していただき、明日からまた育児を頑張ろうという気持ちになれるので産後のお母さんにとってもおすすめです！



産後ケアを利用されたお母さんと赤ちゃん ▲

● ママのノート

産後ケアを利用したお母さんにご感想やご要望をノートに書いてもらっています。その中のほんの一部をご紹介します。



安心して赤ちゃんを預けられるので、ゆっくり休養できた

哺乳量測定で母乳がしっかり飲めていることが確認できて安心できた

母乳育児を諦めかけていたけど、自分たちに合う授乳方法や乳房マッサージの指導を受けて少しずつ母乳を飲んでくれるようになった

助産師さんに些細なことも相談できて、気持ちが楽になった



産後ケアに関する各種ご案内

双子ちゃんもぜひ！



産後ケア

日時：毎週水・金（館林市在住の方）、火・木（邑楽郡在住の方）
午前9時30分～午後5時30分

対象：館林市・板倉町・明和町・千代田町・大泉町・邑楽町
在住の方で、3ヶ月未満の赤ちゃんとそのお母さん
（早産の場合は要相談）

自己負担：2,000円（税込）

お申込み：お住まいの各保健センターでご予約を受け付けています。

※この事業は各自治体からの委託事業のため当院に直接申し込むことはできません。

※里帰り等で対象外の方は
母乳・育児相談をご利用
ください。

ベビーマッサージ



日時：毎月第1・3・5木曜日
午後1時30分～午後2時30分

対象：3～8ヶ月くらいの赤ちゃんとお母さん

自己負担：1,000円（税抜）

お申込み：毎週火～金曜日

午前10時～午後5時まで

公立館林厚生病院 TEL 0276-72-3140（代表）



母乳・育児相談



日時：平日 午前11時頃～

自己負担：3,000円（税抜）（乳房マッサージ含む）

2,000円（税抜）（相談のみ 哺乳量測定
等含む）

お申込み：平日

午前10時～午後5時まで
公立館林厚生病院

TEL 0276-72-3140（代表）

