

産後ケアのご案内

利用可能日程は
裏面をご確認ください。

”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”
そんなママへ向けにお知らせです。
産後ケアを利用してみませんか？

利用できる方：大船渡市・陸前高田市・住田町に住所があるママと生後4ヶ月未満の赤ちゃん
(きょうだいは含みません。)

※注意：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。

場所：岩手県立大船渡病院6階 産後ケアルーム

利用料金：無料、昼食・おやつ代：730円

日時：火曜日・木曜日の10時～16時(完全予約制)

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

- 母子手帳
- ママの飲み物
- ママの顔写真付き証明書(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、シャワー希望の際の着替え)
- シャンプーやリンス(シャワー希望の場合)

※おむつやミルク、哺乳瓶は準備してあります。

自分の物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、赤ちゃんの体重測定
ママのシャワー、授乳ケア 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。

- 申し込み方法：完全予約制となっておりますので、利用希望日の1週間前までに住田町保健福祉課(46-3862)へお問い合わせください。予約が定員に達した場合は、ご希望の日時に利用できない場合がありますので、ご了承ください。
- 予約された方には、後日、大船渡病院から当日のケア内容の希望などを伺う連絡を致します。
- キャンセルは、前日までに大船渡病院産婦人科外来へご連絡ください。当日、ママや赤ちゃんに発熱や体調不良等があった際にも産婦人科外来へご連絡ください。

【予約先】住田町保健福祉課 TEL:0192-46-3862

【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 TEL:0192-26-1111

令和8年度 産後ケア事業 利用可能日程

令和8年	6月	4日・18日	令和9年	1月	21日
	7月	2日・16日		2月	18日
	8月	27日		3月	11日
	9月	17日			
	10月	22日			
	11月	19日			
	12月	17日			

