ながい助産所　通所型産後ケア

朝来市では、市内の施設を利用して、日帰りで産後ケアが受けられる「助産所通所型産後ケア」を実施しています。

ケアは受けたいけど、
家に人が来るのは負担…

寝不足でしんどいので
少し休息がとりたい

リフレッシュを兼ねて
利用したい

〇対象は、生後1歳までの赤ちゃんとお母さんになります。1日1組限定です。
〇上のお子さんも一緒にご利用していただくことができます。（託児料金は別途必要です）

一日のスケジュールの例（5時間コース）

AM10:00　利用開始

助産師とケア内容の確認

児の発育確認・育児相談

乳房マッサージ

PM12:00　昼食

お母さんの休養

授乳の相談

振り返り

PM3:00　帰宅

ケア実施者（委託事業者）

ながい助産所　長井順子　助産師

お母さんのニーズに合わせた
ケアを行います。
沐浴などもできます。

助産師が赤ちゃんを預かりますので
ゆっくりと休息をとってください。
ひとりでゆっくり入浴していただくこともできます♪

ケアの実施場所

◇但陽信用金庫研修棟（生野町口銀谷）
◇ペンション石田（佐嚢）
◇宿屋天空（和田山町竹田）
◇キッズルームゆとり（山東町粟鹿）

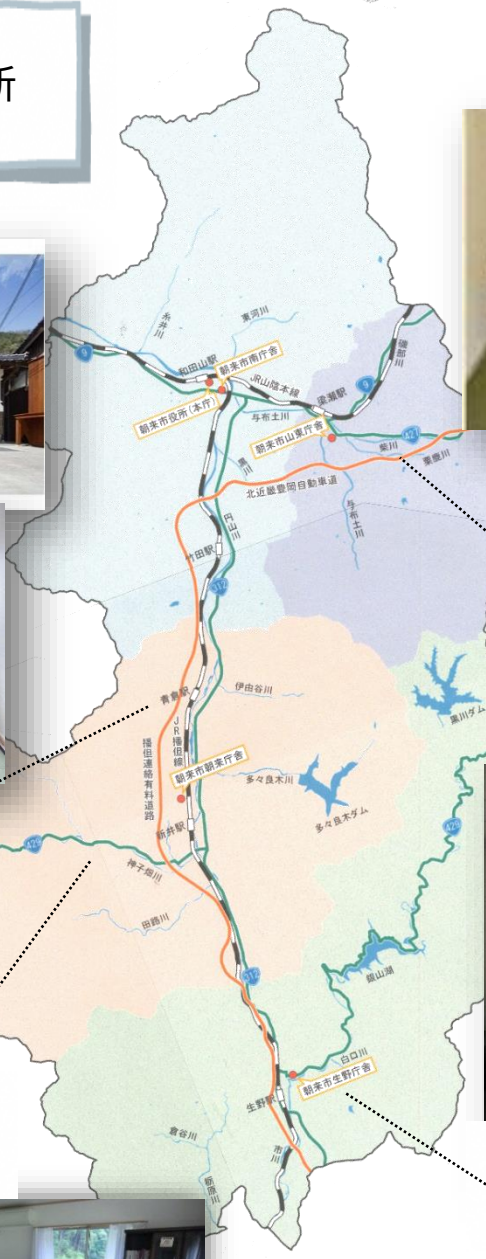
※ケアの実施場所はお子さんの月齢やケアの内容などを確認し助産師と相談して決めます。
利用者が指定することはできませんので、
ご了承ください。
（実施場所の詳細については裏面を参照ください。）

R5.4 月作成

産後ケア事業の実施場所

宿屋　天空

キッズルームゆとり



但陽信用金庫　研修棟

ペンション石田

自宅からお近くの施設で
移動の負担が少なく、
ケアを受けることができます

持ち物

- 母子健康手帳
- フェイルタオル３枚、バスタオル
- 赤ちゃんの着替え
- オムツ、おしりふき
- 粉ミルク、離乳食（必要な方）

※哺乳びんは準備しています

昼食は別料金でご用意できます

持参または１時間程度の外食も可能です。
ご相談ください。

＊利用にあたっての注意事項＊

前日からキャンセル料がかかる場合がありますので、ご了承ください。キャンセルされる場合は、早めにご連絡ください。

＜問い合わせ＞

ながい助産所　TEL　090-7097-2685

R5.4 月作成