



## ママエール.テラス助産院 産後ケア事業 ご利用案内

育児中のママが悩みを相談しながら“ホッと一息つける場所”

くつろぎと満足感を得られるラグジュアリーな空間で

心地の良い時間を過ごすことができる 新しいスタイルの助産院です。

助産師歴 40 年のベテラン院長と各専門スタッフが

ひとりひとりに寄り添い 産後のママの心身のケア・サポートをいたします。

| 種類                               | 利用可能日（完全予約制）                                 | 定休日・長期休み            |
|----------------------------------|----------------------------------------------|---------------------|
| ① 通所型（デイケア）<br>～助産院に行く～<br>（昼食付） | 月・火・水・木・金・土曜日<br>10～16 時までの間<br>一日につき 6 時間以内 | 日曜・祝祭日<br>年末年始・お盆休み |
| ② 訪問型<br>～自宅に来てもらう～              | 月・火・水・木・金・土曜日<br>10～16 時までの間<br>一日につき 2 時間以内 | 日曜・祝祭日              |

### ① 通所型（デイケア） ～日中に助産院に行って、ケアサービスを受ける～



#### 利用可能日

月・火・水・木・金・土曜日 10～16 時までの間で、一日につき 6 時間以内

※赤ちゃんが生後 6 カ月になる前日まで、何回でも利用できます。



#### デイケアの サービス内容

母子の健康チェックと相談、授乳・育児相談、母乳マッサージ、腰痛・骨盤ケア、カウンセリング、赤ちゃんの沐浴と体重チェックなどを、必要に応じて受けることができます。

当日は昼食付きです。管理栄養士さんが作るこころとからだにやさしいお昼ご飯をゆっくりと食べることができます。15 時のお茶の時間はホッと一息ついて、のんびりと過ごすことができます。

希望者は個室のベッドでぐっすりお昼寝や読書もできます。

（食物アレルギーをお持ちの方は事前にご相談下さい）



#### デイケアの 持ち物 と 服装

##### ママ用



- ① 母子手帳
- ② バスタオル 1 枚（母乳マッサージ）
- ③ フェイスタオル 2～3 枚
- ④ ナプキン・母乳パット（必要な方のみ）
- ⑤ 楽な服装

##### 赤ちゃん用



- ① オムツ・お尻拭き
- ② バスタオルまたはおくるみ 1 枚（沐浴）
- ③ 着替え
- ④ ミルク・哺乳瓶（必要な方のみ）
- ⑤ おもちゃなど（必要な方のみ）

裏面へ続く

## ② 訪問型ケア ～助産師に自宅に来てもらい、ケアサービスを受ける～



### 利用可能日

月・火・水・木・金・土曜日 10～16 時までの間で、一日につき 2 時間以内

※赤ちゃんが生後 1 歳になる前日まで、何回でも利用できます。



### 訪問型ケアの サービス内容

母子の健康チェックと相談、授乳・育児相談、母乳マッサージ、腰痛・骨盤ケア、カウンセリング、赤ちゃんの体重チェックなどを、必要に応じて受けることができます。



### 訪問型ケアで 用意しておく物 と 服装

#### ママ用



- ⑥ 母子手帳
- ⑦ バスタオル 1 枚（母乳マッサージ）
- ⑧ フェイスタオル 2～3 枚
- ⑨ ナプキン・母乳パット（必要な方のみ）
- ⑩ 楽な服装

#### 赤ちゃん用



- ⑥ オムツ・お尻拭き
- ⑦ バスタオルまたはおくるみ 1 枚
- ⑧ 着替え
- ⑨ ミルク・哺乳瓶（必要な方のみ）
- ⑩ おもちゃなど（必要な方のみ）

メモ

---



---



---



### お支払いについて

通所型（デイケア）も訪問型ケアも、当日、担当助産師に自己負担額を**現金**でお支払いください。

※産後ケア事業は、国と自治体のからの助成があります。

通算 5 回目までの利用は無料（自己負担なし）、6 回目以降は有料（自己負担額あり）。

詳細はお住まいの自治体（市役所・役場等）にお問い合わせください。



### お問い合わせ

助産院ホームページ

ママエール.テラス助産院 院長 伊藤 博子

電話 042-595-5950

〒197-0823 東京都あきる野市野辺 600-8（無料駐車場あり）

診療時間：10～17 時

