糸魚川市産後ケア事業のご案内

心身ともに不安定になりやすい産後の時期に、お母さんと赤ちゃんの健康を守り、健やかな育ちを支援するため、産後ケア事業を実施しています。

「授乳が上手くいかない」「出産や育児の疲れで体調がすぐれない」など不安を抱えている方はご相談下さい。

◇利用できる方　下記①～③のいずれかに該当し、糸魚川市に住所がある産後１年未満の方

①産後の心身の回復に不安がある方
②授乳に関する悩みや乳房トラブルがある方
③育児不安があり、育児指導を受けたい方

◇主なサポート内容

お母さんや赤ちゃんの健康管理
- 乳房ケア（乳房マッサージ含む）
- 赤ちゃんの発育や発達の確認　など

育児サポート
- 授乳指導、沐浴指導
- 育児相談　など

◇利用方法・実施施設・自己負担額等

利用方法	実施施設等	利用可能な月齢	利用できる期間	自己負担額（市の助成を除いた額）	備考
宿泊型	**糸魚川総合病院** 竹ケ花４５７－１ TEL　025-552-0280	生後４か月未満	７日まで（１泊２日を「２日」とカウントします。）	5,000 円／日	持ち物等は、糸魚川総合病院のチラシをご確認ください。
通所型	**糸魚川総合病院** 竹ケ花４５７－１ TEL　025-552-0280	生後４か月未満	７回まで	**無料**	
訪問型	**糸魚川総合病院** TEL　025-552-0280	生後 12 か月未満	５回まで	**無料**	
	糸魚川産後ケアセンター La madre TEL　090-5819-7239				
	在宅助産師				

※宿泊型、通所型では、別料金でアロマトリートメントを受けられます。詳しくは予約時に、糸魚川総合病院にご確認ください。

※宿泊型の食事は、１食 640 円の自己負担となります。

申し込み方法は裏面→

◇申し込み方法

①利用申請書の提出

申請書を市役所こども課（能生事務所、青海事務所も可）、糸魚川総合病院、または La madre に提出してください。

※申請書はこども課、各事務所、糸魚川総合病院、及び La madre にあります。
（市ホームページからもダウンロードできます。）

②利用の決定

市は提出された申請書をもとに事業の利用の可否を決定し、『糸魚川市産後ケア事業利用承認通知書』を申請者に送付します。

③利用日程等の調整

宿泊型・通所型：利用決定後に、糸魚川総合病院に電話予約をしてください。

訪問型：利用決定後に、訪問担当者（助産師等）が利用者に連絡をします。訪問担当者と日時を相談してください。

◇問合せ先

糸魚川市教育委員会事務局　こども課　こども支援室　親子健康係
電話 025-552-1511（代表）

産後ケア（ショートステイ） 宿泊プラン

産後の心身の疲れを癒していただくため、宿泊プランを利用してみませんか？

退院しても昼間は一人で心配

授乳がまだスムーズにできない…

心身の回復が心配で家に帰って育児ができるか不安

日々育児しながら、毎日眠れない

日々、疲れがたまっていくばかり…

育児のアドバイスが欲しい！

授乳をしっかりと、みてもらいたい！

お母さんと赤ちゃんのサポートをさせていただきます！

対象：産後4か月未満のお母さんと赤ちゃん

期間：7日間まで利用可能　※宿泊日数は、申し込みの時に確認します

場所：第4病棟ママベビーフロア（個室）　※個室料金は発生しません

料金：1日 5,000 円（糸魚川市内の方）

※病院食を利用する場合は、1食 640 円で提供できます

例：宿泊プランを 1 泊2日（2日間）で利用し食事を 4 食希望した場合の自己負担額

利用料（5000 円×2 日）+食事（640 円×4 食）=12，560 円となります

※医師の診察を希望する場合は保険診療にて自己負担があります

※アロマトリートメントを希望の方は有料（1650 円）でできます。（持病やアレルギーのある方はできません）

【持ち物】

○赤ちゃんのおしり拭き　○子供用肌着　お母さんの衣類（肌着や下着）　○診察券　○保険証

○アメニティグッズ（歯ブラシや洗面用具など）　○母子手帳

その他、必要と思われるものは各自ご準備ください

★CS セットに申し込みの方は、病衣とバスタオル、フェイスタオルがつきます。

お申し込みは、第4病棟へお電話ください（土日祝日を除く午後1時から午後5時まで）

連絡先：糸魚川総合病院　025-552-0280（代表）

新潟厚生連

糸魚川総合病院
産後ケア

産後のからだや育児の悩みはありませんか？

乳房ケア・授乳支援
母乳の出が気になる・・・
ミルクたりてるかな・・
トラブルがあって・・・
体重ふえているかな・・

体調がすぐれない
これからの育児が
心配・・・

ちょっと休息
したいな・・

お母さん・赤ちゃんのサポートをさせていただきます。

日帰りプランのご案内

日時・時間 ： 月～金曜日９時30分～16時（電話で日程を調整します）

対象 ： お母さんと４ヶ月未満のお子様

＜★他院で出産した場合でも退院後、すぐに利用できます＞

場所：糸魚川総合病院 ４病棟ママベビーフロア（個室で対応します）

費用：糸魚川市の方は7回まで無料で利用できます

※医師の診察を希望される場合は保険診療にて自己負担金があります
※病院食を希望する場合は、1食640円で提供できます
※アロマトリートメントを希望の方は有料（1650円）でできます。
（持病やアレルギーのある方はできません）

＜持ち物＞

○子供用衣類　○赤ちゃん用おしり拭き　○お母様用のアメニティ　○母子手帳　○食事や飲み物

○診察券（糸魚川総合病院の診察券があれば持参してください。）

★赤ちゃん用おむつや調乳用品、沐浴用バスタオル、ベビーソープは病院で用意します。

お申し込みは、第4病棟へお電話ください（土日祝日を除く午後1時から午後5時まで）

連絡先：糸魚川総合病院　025-552-0280（代表）

新潟厚生連

糸魚川産後ケアセンター

La madre

La madre＝スペイン語で“おかあさん”
「まどれ行こうよ」「まどれでリフレッシュしようかな」「…」
カフェにでも行くように
1人でも、お友達とでも、上のお子さん連れでも利用しやすい
地域で産後ケア/産前産後サポートを受けることができる場所を作りたい
“産後はとにかく辛かった”ではなく、
“産後は楽しくていい時間だった”にしたい

あせらず　無理せず　ゆっくりと
自分のペースでお母さんになっていきましょう
そして、自分自身の人生を楽しみましょう
そのためにわたしたちがいます

アウトリーチ
（訪問）

ショートステイ
（準備中）

集団型
デイサービス
（個別型は準備中）

アウトリーチ（訪問）

おっぱいケア、健康状態の確認、
授乳や沐浴、育児相談、
ママ休息中の赤ちゃん見守り、…
ご要望に合わせたオーダーメイドのプラン
ご自宅にて伺って行います

La madreの訪問型産後ケアは、
市からの委託を受けて行います

日程　月・木・日曜日
9時～/13時～/16時～
おひとり3時間まで
料金　自己負担なし

お申し込み先

訪問を受けてみたいなという方は
Instagram、公式LINE、もしくはお電話にて
お気軽にお問い合わせください

集団型デイサービス

グループDAY

まどれのグループDAYでは、
利用する人も 提供する人も
"じぶんらしく"をモットーに
いろんな活動を企画していきます
楽しく心安らぐひとときを

時間

毎週水・土曜日

対象

概ね産後1年未満のママと赤ちゃん
※活動内容によっては
1歳以上でもOK、妊婦さんもOK
※上のお子さま連れでも活動を楽しんで
いただけるよう、見守り保育スタッフが
サポートいたします/ご予約時に年齢、
人数をお伝えください

活動内容、時間、場所等は
Instagram、公式LINEをチェック☆

★まどれケアルーム　：ママのボディメンテナンスと癒し
骨盤ケア・アロマケア・マッサージなど

★まどれカフェ：喋る・食べる・笑う・怒る・泣く・仲間ができる

★まどれエクササイズ：ココロもカラダもしなやかに
産後ダンス,産後エアロビクス,バランスボールエクササイズなど

★まどれビューティルーム：美容/うっとりタイム
ヘアメイク講座、フェイシャルエステ、デンタルケア、など

★まどれ保健室：なんでも相談
赤ちゃん計測、離乳食相談、母乳育児と卒乳相談(乳房マッサージ)

★まどれスクール　：テーマはママ達から募集し、みんなで学ぶ場所に
育児はもちろん、人生に役立つ勉強をする時間

★まどれベベタイム　：もっともっと仲良く過ごそう
ベビーマッサージ、フォトスペース、ハンドメイド、
赤ちゃんアート、ピアノコンサートなど

糸魚川産後ケアセンター
La madre

NPO法人 Paletteが運営しています

代表理事　横澤亜希子
tel　090-5819-7239
E-mail　sango.care.center.lamadre@gmail.com

公式LINE

Instagram

@ITOIGAWA.SANGO.CARE