

生後0~4ヶ月の赤ちゃんとそのママを対象としています。

ママの笑顔を支える

# 産後ケア

黒部市民病院

産後ケアとは  
出産後のお母さんと赤ちゃんが安心して過ごせるよう  
心と体の回復をサポートするサービスです。  
プロのスタッフが育児への不安や体調の悩みをしっかりサポート！  
ママと赤ちゃんが笑顔で過ごせますように  
心安らぐひとときをお過ごしください。



## 育児相談

育児に関する不安や悩みについての個別相談ができます。  
おすすめの育児用品や育児方法の提案をします。

## 骨盤ケア指導

腰痛・尿漏れなど困り事はありませんか？赤ちゃんをお預かりの間、理学療法士による骨盤ケア指導が受けられます！

## 赤ちゃんのケア

赤ちゃんの体重測定や健康チェックができます。  
沐浴やおむつ替えの相談もできます。

## アロマ トリートメント

アロマの香りでリラックス！  
血流を促すことで分娩時の疲れ、日々の授乳や抱っこによるお身体の緊張を緩和していただけます。



※別途料金がかかります。

## 授乳サポート

母乳育児のアドバイスや乳腺炎などのトラブルの相談ができます。  
ミルクの飲ませ方相談もできます！



# 日帰り型産後ケア スケジュール

お部屋にてご自由にお過ごし下さい！

過ごし方の例はあくまでも参考です。  
とことん休みたいでもよし  
育児・授乳相談を重点的にでも！  
可能な限りご希望に添えるよう対応させていただきます！



## 開催場所

黒部市民病院 産後ケア事業  
〒938-8502 黒部市三日市1108-1  
(0765)54-2211

「産後ケア利用決定通知証明書」が必要です



## 申込み方法

- ①事前に各市町村担当窓口にて「産後ケア利用決定通知証明書」の申請をしてください。
- ②申請後、利用通知書をお手元にご用意の上、QRコードから申し込みください。

