

ゆるりと産後ケア ショートステイ(宿泊)

対象：生後90日までの赤ちゃんがいるママ



24時間365日
当院助産師が対応

急に利用が必要と
なったママにも対応

完全個室で
パートナーの同室可
(ソファベッド完備)



こんなママにオススメしたい！

- ・お産と育児の疲れから体調が戻らない
- ・授乳がうまくいかない・・・
- ・お世話の仕方がわからない
- ・どうして泣いているかわからない
- ・家で手伝ってくれる人がいなくて不安
- ・一晩ゆっくり眠りたい

POINT

♡ ママのからだのサポート

産後ママの体の疲労を回復するための休息時間の確保をサポート。
24時間いつでも赤ちゃんを預けることができます。
おっぱいについての疑問や不安など、ご相談いただけます。



♡ ママのこころのサポート

赤ちゃんがどうして泣いているのか、母乳がちゃんとでているか、誰にも相談できないことなどの不安を少しでも楽になれるよう、こころの休息を目的としてサポートします。



♡ 赤ちゃんの育児サポート

これでいいのかな？どうだったかな？
もう一度聞きたいなどの疑問や、沐浴方法、授乳ケア、
赤ちゃんの状態や発育に関することなどお気軽にご相談いただけます。



※産後ケアは育児支援やお母さんの休養を目的としたサービスです。
診療や治療は行っておりません。
受診が必要な場合は、通常の外来をご案内し、診療費が別途かかります。

問い合わせ先：0985-24-4181

平日：産科外来 13時～16時

料金について

産後ケア事業の助成内容及び利用者負担額は、お住まいの市町村によって異なります。
実際にお支払いいただく金額については、各市町村へご確認ください。
宮崎市助成の場合 1泊2日：課税世帯3500円 非課税世帯0円（食事代は1食あたり550円かかります）
当院の産後ケア利用料金は（1泊2日）は、36300円です。
助成を利用されない場合は全額自己負担となります。

持ち物



- マイナンバーカード、母子手帳、印鑑、筆記用具
- 母：タオル、洗面用具、歯ブラシ、着替え、箸、コップ
- 赤ちゃん：着替え（4組程度）、オムツ（20枚程度）
おしりふき（1袋）
粉ミルク（2日分）、哺乳瓶2本
* 上記は1泊2日利用の目安です。
2泊以上利用される場合は、多めにご準備ください。



ご利用当日の流れ（一例）

1 日 目	10:00	- 周産期センターにて受付後、お部屋へ案内 - 産後ケア希望用紙をもとに退院までの計画を助産師と立てる
	12:30	昼ごはん
	夕食までの間	- 沐浴や授乳指導 希望あれば休息の時間 - ママのお風呂
	18:00	夜ごはん
	21:00	- 消灯 ※ 夜の育児については、ママの体調で考えましょう
2 日 目	8:00	朝ごはん
	9:00	- ママの検温 赤ちゃんの体重測定 ※ 育児や指導、休息をママと一緒に考えます 分からない事、不安な事を聞きましょう
	退院までの間	- 沐浴や授乳指導 ※ アンケート回答をお願いします
	10:00	赤ちゃんと一緒に帰宅