生後0～3ヶ月の赤ちゃんとママが対象

ママの笑顔を支える
産後ケア



医師、助産師、理学療法士が
育児への不安や体調の悩みをしっかりサポートします。
出産後の心と体を大切にし、
ママと赤ちゃんに寄り添う産後ケアを提供します。

助産師による
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できます！



助産師による
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。



管理栄養士による
ゆっくりランチ

さまざまな食事スタイルや食事制限に配慮したお食事をご用意しています。
「こんな食事はできますか？」など、お気軽にご相談ください。



理学療法士による
リラクゼーション

スタッフが赤ちゃんを見ている間、女性理学療法士による産後ケアリハビリをお部屋で希望者に提供しています。
※自己負担あり

小児科医による
育児相談

育児に関する不安や悩みについての個別相談。
ママや赤ちゃんも大切にした育児方法の提案。



持ち物

マイナ保険証または資格確認証
こども医療費受給資格証
赤ちゃんの着替え
オムツ、おしりふき
哺乳瓶、ミルク
ガーゼハンカチ
あればおもちゃ、ベビーカー

お申し込み方法

産婦人科病棟までお電話にてご予約お待ちしております。
ご希望の日程やケアの内容などをお伺いします。
リハビリをご希望の方は予約時にお伝えください。

みたき総合病院　産後ケアサポート事業

〒512-0911　四日市市生桑町菰池458-1

053-330-6000　9時～17時

（電話での受付は水・土午後,日祝以外の時間でお願いします）



1日の流れ



10：00　ご来院・受付

本館1階産婦人科外来にてマイナ保険証または資格確認証、こども医療費受給資格照を提出してください。受付が終わったら2階産婦人科病棟までお越しください。

11：00お母さまの休養・ケア・リハビリ

赤ちゃんには沐浴、ミルクの授乳を致します。おっぱい測定の希望があれば測定できます。
小児科医師による育児相談があります。
女性理学療法士による産後リハビリがあります。（自己負担あり）
マイナートラブルに対してや、セルフエクササイズのご提案なども行っています。
※リハビリ希望の方は、11時のリハビリに授乳が被らないように調節お願いいたします。
（ミルクの場合は調節不要）



12：00　昼食・休憩

お母さまにはゆっくりお食事をとっていただき、休息していただきます。

13：00　お母さまの休養・ケア

お母さまの体調やご希望に合わせて。休養の時間を過ごしていただきます。そのほか、授乳相談や育児相談も行います。

15：00　おやつ

16：00　振り返り・お帰り

一日の様子を振り返り、ご自宅に戻ってからの過ごし方などについてお話します。

※上記は一日の流れの一例です。お母さまと赤ちゃんの体調やご希望に合わせて内容・時間は変更となる場合があります。

※宿泊の方は、8：00に朝食、18：00に夕食があります。
18：00以降は同室となります。そのため18：00までにシャワーをお済ませください。
また、 タオルの貸し出しはないためご用意をおねがいします。