

育児が不安だな…
何だか疲れたな…

星総合病院

産後ケアのご案内



*産後ケアってなに？

ショートステイ（お泊まり）やデイケア（日帰り）で、助産師による

- お母さんの健康状態のチェック、授乳状況のチェック・乳房ケア
- お子さんの健康状態や体重・栄養のチェック
- 育児相談、授乳指導、沐浴指導
- お母さんの休息のためにお子さんのお預かり

などを受けることができます。

対象：郡山市・三春町・田村市・小野町・本宮市・二本松市にお住まいのお母さんと
生後 1 歳未満のお子さん

※予防接種後 48 時間以内の利用はご遠慮下さい

場所：ショートステイをご利用の方・・・星総合病院の産婦人科病棟
デイケアをご利用の方・・・郡山市・本宮市・二本松市の方→星総合病院
三春町・田村市・小野町の方→三春病院

利用期間・料金：お住まいの地域のホームページや案内をご覧ください。

※料金は母の食事代込みの金額となっています。

※離乳食は別途 700 円(1食)でご利用いただけます。

※アメニティセットは別途料金でご利用いただけます。

Cタイプ(税込 440 円/日)…寝巻、タオル類、リンスインシャンプー
ボディソープ、歯ブラシ・歯磨き粉、
ティッシュ、コップ、ヘアブラシ

Dタイプ(税込 275 円/日)…寝巻のみ

時間：ショートステイ・・・午前 10 時～退所日の午後 1 時
デイケア・・・月～金曜日の午前 10 時～午後 4 時

ご家族の利用：ご家族はご利用いただけません

準備して頂くもの：健康保険証、母子健康手帳、産後ケア事業利用承認通知書

- ・お母さん…着替え・タオル類・シャンプー・ボディソープ・洗面用具・履物
- ・お子さん…児の着替え(利用日数+予備)、タオル、ガーゼ、ミルク・哺乳瓶と乳首(消毒しながら使用するので2本はご準備ください)、哺乳瓶用ブラシ・洗剤、オムツ・おしりふき(少し多めに)、スキンケア用品(利用している場合)、離乳食(1食700円で提供できます)
- ・アフタービクス(毎週火曜日15:30~16:30、1,100円/回)、産後ケアエクササイズ(毎月第4金曜日10:00~11:00、1,100円/回)希望の方は、タオル、動きやすい服装、上履き(運動靴)、飲み物をご準備ください。

※病院で準備しているもの：ポット・ミルトン・ベビーソープ、ドライヤー

その他：ショートステイご利用の場合は、送迎以外は駐車場のご利用はできません。
産後ケア利用前に発熱などある場合は当院にご連絡ください。

産後ケアと一緒にご利用できます

アフタービクス

産後の体型維持・体力回復のために有酸素運動を行います。マットを使用して骨盤底筋などのインナーマッスルを鍛えます。

対象：産後1ヶ月健診が終了し、
普段の生活を送っている方

日時：毎週火曜日 15時30分~16時30分
料金：1,100円/回

産後ケアエクササイズ

産後のママと赤ちゃんのためのカラダケア。
ベビーマッサージ&ベビーヨガを通して、
ココロとカラダのリフレッシュをしませんか？

対象：出産後2ヶ月~1年未満の赤ちゃん和妈妈
※予防接種後48時間以内の方はご遠慮下さい
日時：毎月第4金曜日 10時00分~11時00分
料金：1,100円/回

育児のアドバイス、お母さんが休むためのお子さんのお預かりなど、
頑張っているお母さんのお手伝いをしています。

ぜひご利用ください

お問い合わせ・お申し込み先

公益財団法人 星総合病院

〒963-8501 福島県郡山市向河原町 159 番1号

TEL 024-983-5511 (代表)

代表番号にご連絡頂き、産婦人科病棟へとお申し付け下さい