

初めての育児でも安心！
お気軽にご相談ください！

産後ケア

こんな方に
オススメです！



産後のサポートが
少ない方



パパの育児練習
をしたい方



休息を
取りたい方



授乳の練習を
したい方



育児手技に
不安がある方



ご利用を
お待ちしております！

申し込み先 相模原協同病院
産婦人科病棟（3S病棟）
電話番号 042-761-6020
問い合わせ時間 13:00-16:00



産後ケアを 利用しよう

対象者

2カ月以下の赤ちゃんとお母さん

サポートが少ない。
産後の心身の回復が図れない。
授乳支援・育児支援を受けたい etc...



持ち物

一部レンタルもあり

おしり拭き・赤ちゃんの退院時のお洋服
母子手帳・授乳クッション・母子手帳
産後ケア利用券・スリッパ・ママの着替え
歯ブラシ・ティッシュ・洗面用具・タオル

利用中の赤ちゃんのお着換え・新生児サイズのオムツ・ミルク・食器用洗剤・ケトル
ミルトンは病院で用意いたします。

*新生児サイズ以上のオムツはご持参ください。

*調乳指導をご希望の場合はスティックミルク1-2本・哺乳瓶・哺乳瓶を洗うブラシをご持参下さい。

上記以外でご自身で必要なものはご持参ください。



料金

相模原市在住の方は補助あり

2500円/日 5回目まで
5000円/日 6・7回目 1泊2日～利用可能*
自費利用17600円/日

スケジュール

産後ケアの一例です

1日目	2日目	3日目
10時 入院	8時 朝食	8時 朝食
12時 昼食	10時 授乳	10時 授乳
14時 沐浴 検温	検温	検温
	12時 昼食	12時 昼食
	14時	13時 パバと 一緒に沐浴
18時 夕食	選択メニュー	
	18時 夕食	
21時 消灯	21時 消灯	15時 退院

赤ちゃんを
預けて朝まで
ぐっすり
リフレッシュ

パパへの
育児指導も
ばっちり

選択メニュー
①育児相談
(公認心理師or助産師)
②リラクゼーション

