

産前・産後の不安、授乳の悩み・赤ちゃんのお世話 etc



# 町の助産師が

# サポートします！

○おっぱいが上手に  
飲めない…  
○ミルクの足し方は  
これでいいの？

○赤ちゃんがなかなか  
泣き止まない…  
○赤ちゃんの気になる  
症状、大丈夫？

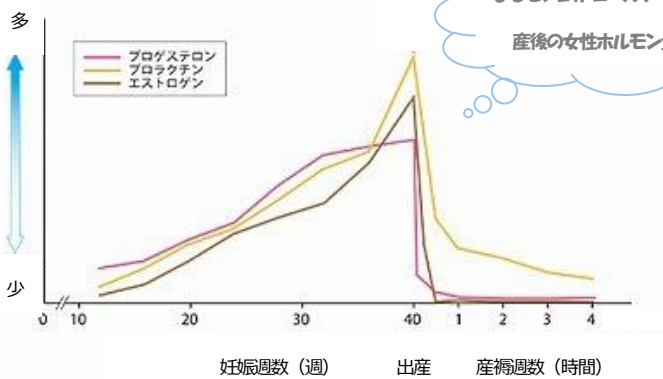
イライラが  
とまらない  
…



赤ちゃんの誕生は、ママやご家族にとって最も大切なライフイベントですね。

しかし、妊娠中や産後の多くのママは、女性ホルモンの急激な変化や慣れない赤ちゃんのお世話から、こころも身体も疲れやすく、落ち込みやすいものです。

～ママの産前・産後の血中女性ホルモン量の変動～



まるでジェットコースターみたいに  
産後の女性ホルモン量が急降下！

出産前～出産後間もない時期に専門家による適切なサポートを受けることで、不安や心配事が減り、ママの気持ちや赤ちゃんのお世話がグッと楽になります。

## 産前・産後の訪問サポートを受けませんか？

まちの助産師がママのお家を訪ね、相談や心身のケア、授乳や赤ちゃんのお世話について丁寧にサポートします。

「訪問」型は  
ここがイイ！

- ☑ 早い時期の乳房ケアは、母乳育児が軌道に乗りやすい！
- ☑ 生まれたばかりの赤ちゃんと外出するのは不安だし、準備が大変…。

「ママ、一人で悩まないで。  
決して、頑張りすぎないで。」

「どんなサポートを受けられるの？」

詳しくは裏面へ！

# ～産前・産後のママに対するサポートについて～

町では、妊娠・出産を迎えるママやそのご家族が安心して子育てできるよう、妊娠から子育て期まで切れ目のない支援を受けられるようにしています。妊婦健診やパパママセミナー、赤ちゃんの訪問や健診などのほか、出産前後のママに対するサポートが充実しております。

## 助産師による妊婦訪問

町の助産師が妊婦さんを訪問し、妊娠中の身体の変化に対する悩みや出産への不安、子育てに関する心配事などをお聞きます。産後のサポートについてもご紹介します！訪問は無料です。

- 対象** 妊娠 32 週～35 週頃の妊婦さん  
(対象時期に通知します。)
- 内容** 相談支援、産後のサポートについて紹介等  
(産婦健診受診票・新生児聴覚検査受検票を配布します。)

## 産婦の健康診査

出産後まもないママの心と体は、とても不安定な状態です。産婦健康診査は、産後のママの健康状態をチェックする大切な健診です。町では、健診 2 回分（産後 2 週間・産後 1 か月）にかかる費用の助成をしています。

- 健診内容** ・問診 ・診察 ・こころの健康質問票  
・体重/血圧測定 ・尿検査
- 助成金額** 1 人につき 5,000 円× 2 回分（上限額）

## 助産師による産後ケア訪問

- 対象** 以下の条件にあてはまる、**産後 1 年までのママ**が対象です。  
○産後ケア訪問の利用日に、金ケ崎町に住所があること ○疾患や感染症による治療の必要がないこと

**内容** 町の助産師が訪問し、ママの悩みや赤ちゃんの様子に合わせて次のようなサポートを行います。（2 時間程度）

- |       |                             |                       |
|-------|-----------------------------|-----------------------|
| ママへ   | ☆産後の身体の回復や心の安定を促すサポート       | ☆母乳育児支援（乳房マッサージを含みます） |
|       | ☆授乳や育児の不安に対する支援（沐浴の練習もできます） |                       |
| 赤ちゃんへ | ☆健康状態の観察（黄疸や体重増加のチェックなど）    | 等                     |

**料金** 無料

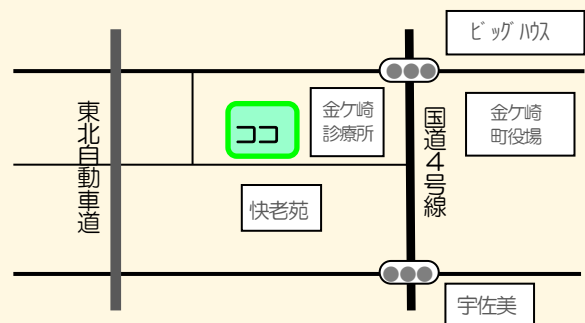
- 利用方法**
- ① 利用申請 … 出産したら、訪問希望日を決めて利用申請してください。（代理可）  
申請方法は、電話または来所です。来所の場合は、母子健康手帳と印鑑をご持参ください。
  - ② 利用決定 … 訪問日が決定したら、助産師から電話連絡を差し上げます。
  - ③ 訪問利用 … 助産師がお宅に伺います。どんなに些細なことでも構いませんので、お気軽にご相談くださいね♪

**利用回数** 1 人につき 2 回まで（ただし、産後ケアが特に必要なママに対し 3 回以上の利用が認められる場合があります。）

- その他**
- ・利用可能日は月～金曜日（祝祭日を除く）、利用可能時間は 9 時～16 時です。
  - ・町外の里帰り先（実家等）への産後ケア訪問を希望される場合は事前にご相談ください。

## ～ お問い合わせ・産後ケア訪問の申請はこちら ～

金ケ崎町 子育て世代包括支援センター  
〒029-4503 金ケ崎町西根鑓水 5 3 番地  
Tel : 0197-44-4611 Fax : 0197-44-4337  
Email : [kosodate@town.kanegasaki.iwate.jp](mailto:kosodate@town.kanegasaki.iwate.jp)



☎～☎は相談も受け付けています。お気軽にどうぞ♪