

## 産後のケア



産後のケアではお母さんのからだの回復と、  
安定した気持ちで健やかな子育てができるようサポートします。  
子育てに疲れてしまった・母乳育児がうまくいかないなど、  
どんなことでもお気軽にご相談ください。

### 電話訪問

退院 1 週間後ごろに、助産師から電話訪問をしています。  
退院後の困ったことについて、お話をお聞きします。



### 2 週間健診・1 ヶ月健診

お住まいの地域によって産後 2 週間で助産師とお話する 2 週間健診があります。  
また、お母さん（産科）と赤ちゃん（小児科）でそれぞれ産後 1 ヶ月に健診があります。



\* 写真はご家族様の同意を得て掲載をしています

## 退院後訪問



子育てが心配な方やご希望のある方は退院後、ご自宅に助産師が訪問します。  
赤ちゃんの体重測定や授乳の様子を見せてもらったり、育児などの困りごとの相談に応じます。



お母さんの心とからだをケアし、より楽しく子育てできるように  
サポートしていきます。



\* 写真はご家族様の同意を得て掲載をしています