

なないろ支援ルーム 産後ケア利用のご案内

なないろ支援ルームでは、産後の体の回復や育児に不安のあるママと赤ちゃんをサポートしていきたいと考えています。

ゆっくり過ごせる個室を準備、産後の栄養を考えた美味しいランチ・おやつを提供します。

育児の心配をゆっくり話しながら相談できる、産後のママを応援する。

なないろ支援ルームはそんな場所を目指しています。



【一日の流れ】(例)

- 9:00 入所
ママと赤ちゃんの体調確認
ご希望に沿った一日のプランを一緒に考えます。
お部屋のご案内、赤ちゃんお預かり
ケアのご提供、休息
- 12:30 ランチタイム
ケアのご提供、休息
- 15:30 おやつタイム
- 16:00 退所



【ケア】

- ・授乳相談 (母乳・ミルク)
- ・おっぱいケア
- ・ママの心と体の相談
- ・育児相談
沐浴指導
月齢ごとの遊びの紹介
離乳食の相談
- ・ママの休息 ・シャワー利用
- ・沐浴 ・身長、体重計測
- ・離乳食提供 (10:00 以降) 他



【お持ちいただくもの】

- ・母子健康手帳
- ・健康保険証 (母と子)、福祉医療受給者資格証
- ・情報提供書 (各市町村で必要な方)
- ・利用料 (金額はお住いの各市町村にお問い合わせください)
- ・赤ちゃん用品 (普段お使いのものをお持ちください)
ミルク、哺乳瓶、乳首 (母乳のみの方は不要)
おむつ、おしりふき、ベビー服 2組程度、好きなおもちゃ等
- ・その他必要なもの
携帯の充電用ケーブル、TV用イヤホン(ケーブルタイプ)
ママ用歯ブラシなどの洗面用具 など
- ・飲食物の持ち込み可





【備え付けの用品】

赤ちゃん用

- ・沐浴用品（ベビーソープ、ベビークリーム、バスタオル、ガーゼ）
- ・哺乳瓶洗浄、消毒セット ・離乳食用の食器
- ・月齢に応じた離乳食/ベビーフードのご用意もあります。

お母さん用

- ・飲み物（お茶、紅茶、ミネラルウォーター 等）、マグカップ、ポット
- ・円座、授乳クッション ・室内着、バスタオル、フェイスタオル
- ・ボディソープ、シャンプー、コンディショナー、ドライヤー、ブラシ
- ・メイク落とし、フェイス用ソープ

個室

- ・テレビ、お布団、ソファ、テーブル

【設備】

- ・Wi-Fi 完備 ・空気清浄機
- ・赤ちゃん体動センサー ベビーセンス J+R1

おやすみ中の「もしも」のために、
体動を検知するセンサーを
導入しています



【場所】 なないろ支援ルーム

なないろこどもクリニック の 東側にある別棟 になります。

駐車場は「支援ルーム前」をご利用ください



なないろこどもクリニック

へのアクセス方法については
HP をご覧ください。



【利用方法】

お住いの各市町村の「保健センター」または「健康づくり課」を通して予約ください。

【注意事項】

ママや赤ちゃんに体調不良の症状（37.5℃以上の発熱・咳・鼻水・下痢等）が認められた場合、ご利用できません。また、ご利用中に発症された場合は、お帰り頂くこともございます。