

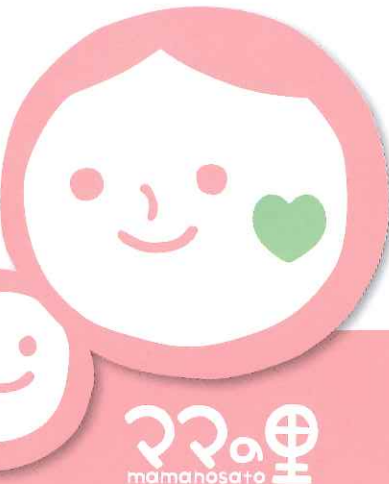
産前産後ケアセンター

オープンから半年を迎えました！

産後で疲れているママ!!

リフレッシュ

しませんか？



産前産後ケアセンターとは…

妊娠中より様々なご相談を受けたり
子育ての心配や産後の疲れたお母さんの
心と体に寄り添いながら、お母さんが明るい気持ちで
子育てができるようサポートする施設です。

初めての子育ては特に不安が大きいのではないのでしょうか。
授乳や抱っこがうまく出来ずに
自分を責めたり、行き場のない気持ちを
家族に向けてしまったりすることもあるかもしれません。

そんな時はどうぞご相談下さい。
いつでもあなたと家族を支えるために
助産師を中心とした専門家がケアいたします。

いつでも助産師に相談できる電話相談もあります。
お気軽にご利用ください！

☎055-269-8110



居室(洋室4和室2)



浴室

宿泊型(山梨県産後ケア事業)

●利用料金 1泊2食 6,100円(昼食別途900円)

基本料金 33,900円のところ、27,800円分は山梨県とお住まいの市町村から補助されます。利用したい方はお住まいの市町村の母子手帳を交付された窓口で申請が必要です。上のお子さんと一緒に滞在することもできます。(有料)

●母乳ケアや育児相談が受けられる日帰りケアや、妊婦・親子向けイベントも開催しています。

今月のイベント情報

■ベビーマッサージ 10:00~11:30
3日・17日…ぽかぽかクラス(1~4ヵ月)
10日…つつやクラス(5~8ヵ月)
24日…すくすくクラス(9ヵ月~1歳)

■マタニティクラス 10:00~11:30
12日…ぽかぽかクラス(妊婦ならどなたでも)
19日…らくらく授乳クラス(30週以降の妊婦)



利用したママに聞きました！

2泊3日利用

疲れた体も心も
リフレッシュ！

彩加ママ

こうようくん(4ヵ月)

このままだったらイライラしたり、つらくなってしまうかもしれない…とセンターへ。「まずはユックリ休みなさい」と一人の時間をつくっていただき、疲れた心と体をゆっくり休ませることができました。授乳がうまくできずに困っていたのですが、宿泊の間に授乳のコツもしっかりマスター！24時間、夜中までも寄り添ってくれた助産師さんに感謝しています。



2泊3日利用

子育てに自信が
もてました！

格原
センター長

かおりママ

きょうたろうくん(4ヵ月)
さよこちゃん(4ヵ月)

双子だったこともあり、パパが出張の日にあわせて宿泊利用をしました。自分のことは後回しになってしまう毎日でしたが、お風呂やご飯がユックリ楽しめたことは、なによりのリフレッシュでした。また、助産師さんの声掛けやアドバイスは背中をおしてくれるようなものばかりで、ちょっぴり子育てに自信がもてるようになった気がします。

