



## 下呂温泉病院 産後ケア（通所型）のご案内

ご出産おめでとうございます。

退院後、赤ちゃんとの生活や自分のからだの変化について、色々な不安があると思います。

当院の産後ケア（通所型）では、赤ちゃんとの楽しい育児生活が送れるように、お手伝いをさせていただきます。ご不明な点があれば、遠慮なくご相談ください。

### 対象となる方

生後4か月未満の赤ちゃんとお母さん

### 提供サービス

- ・母子の健康チェック（お母さんの検温・全身状態・乳房の状態、赤ちゃんの体重測定など）
- ・授乳指導
- ・乳房マッサージなどのおっぱいケア
- ・育児全般の指導（おむつ交換、沐浴指導、ベビーマッサージ、産後ストレッチ指導など）
- ・育児相談
- ・休息の確保、食事の提供

### ご予約方法

- ・下呂市の保健センターを通じて、ご予約いただきます。
- ・予約をされた日時にご来院ください。
- ・1階 初再診受付窓口にて手続き後、東3階病棟へご案内いたします。

### 実施日時

平日 9時00分～18時00分

### 利用料金

1日あたり 19,000円

※自己負担は1,900円（別途、お薬代・検査代等の実費がかかる場合があります）

※上記料金には昼食代、部屋代、各種指導料、沐浴・乳房マッサージ等の料金が含まれます。

夕食をご希望の場合は、別途690円が必要です。

※自己負担分の請求書は後日郵送いたします。



## お食事

管理栄養士監修のもと、栄養バランスの取れたお食事を提供しています。

食物アレルギーのある方は、事前にご相談ください。

## ご持参いただくもの

### ★お母さん

当院の診察券（お持ちの方）、マイナンバーカードまたは健康保険証（資格確認書）、  
母子健康手帳、衛生用品（生理用ナプキン）、筆記用具、内服中のお薬

#### 【シャワーを使用する場合】

洗面用具（タオル・バスタオル、シャンプー・リンス、ボディソープ）

### ★赤ちゃん

当院の診察券（お持ちの方）、マイナンバーカードまたは資格確認書（お持ちの方）、  
福祉医療費受給者証（子ども）（お持ちの方）、着替え、おしりふき、おむつ、  
乳頭保護器（使用中の方のみ）、ミルク、哺乳瓶（消毒物品は不要）

#### 【母乳マッサージをご希望の場合】

フェイスタオル3枚

## 設備について

- ・全室個室（シャワー・トイレ付）
- ・プリペイド式テレビ・冷蔵庫
- ・病棟内：コインランドリー（硬貨式） 使用時間：8時30分～17時30分
- ・1階：売店、自動販売機、ATM（キャッシュコーナー）あり

#### 【貴重品の管理について】

貴重品については床頭台のセーフティーボックスをご利用ください。管理にはご注意をお願いします。紛失に関しては責任を負いかねますので、多額の現金の持ち込みはお控えください。

