

産後のからだと心をサポート～産後ケア事業の集団デイサービス型がはじまります～

産後は生活が一変！子ども中心の生活になり、産前産後のホルモン変化による心身の不調など疲労やストレスが増大しますが、それでも毎日の生活はやってきます。

そんなお母さんたちのからだと心の回復を助産師が中心となってサポートするのが産後ケア事業です。今年度から個別のデイサービス型やショートステイ型に加えて、集団のデイサービス型をはじめます。

- 委託先 NPO まちづくりサポートクラブ
- 日時 令和3年6月30日（水） 10時～15時
※月1回水曜日に開催します。
- 場所 ふるるファーム コテージ
- 対象 出産後2か月～1年未満の産婦（お母さん）と乳児
（産後の疲れや育児不安のある方）
- 定員 8組
- 内容 育児相談（授乳や育児の手技など）や、休息を促すかかわりなど。
※同じ空間で大浦女性の会による昼食づくりが行われるため、アットホームな雰囲気できつろいでいただき、昼食も自分のペースでゆっくり食べてもらうことができます。
※希望者は入浴も可能です。
- 料金 1回2000円（市民税非課税世帯・生活保護世帯の方は1回650円）
※昼食希望される方はプラス500円
- 申込方法 6月21日（月）まで
電話で舞鶴市健康づくり課（TEL65-0065）へ



令和3年3月試行時の様子

【お問い合わせ先】

健康づくり課：☎0773-65-0065、FAX0773-62-0551
E-mail：kenzo@city.Maizuru.kyoto.lg.jp