

ママの妊娠期から産後まで寄り添います

# 産前・産後 デイケア・訪問ケア

～助産師・保健師・看護師などの専門職が、あなたの子育て応援します！～

令和2年度 独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業に選定され、  
産前産後のデイケア、訪問ケアを通常より低価格で令和3年3月までご利用いただけます！

上の子を  
預けて  
休みたい

沐浴の  
仕方を教えて  
欲しい

とにかく  
休みたい

妊娠中・子育て中  
ひとりで  
悩んでいませんか？

妊娠中・産後  
外出するのも  
つらい

妊娠中  
だけ身近に  
相談できる人が  
いない

## 産前・産後デイケア

要予約 前日 15:00 までに  
お申し込み下さい

デイケアでは、妊娠中でも産後でも、精神的・身体的に辛い時の休息に個室のお布団でゆっくり過ごしていただけます。  
上のお子さんの見守りや、赤ちゃんの沐浴・ママの入浴も可能です。



- 時間 9:30～15:30のお好きな時間（月・火・木・金）
- 場所 親とよいこのサポートステーション はっぴい mama はうす
- 料金 通常 13,000 円（会員） 15,000 円（非会員）が

どなたでもママと赤ちゃんの2人で **3,000 円**  
個室利用料・昼食代・沐浴代含む。（令和3年3月まで）

- 利用回数 妊娠中4回、産後4回が助成料金の対象となります。5回目以降は、正規料金となります。
- 追加料金 双子ちゃん、ご兄弟など、お子様2人の場合1人1,000円追加になります。
- 持ち物 母子健康手帳・オムツ・ミルク用品（哺乳瓶など）・離乳食・赤ちゃんの着替え・ママの入浴用品など（タオルは施設にあります）

※車を持っていない、体調が優れず運転が不安など外出が困難な方は、送迎支援も承っております。

### デイケアご利用例

- 9:30 赤ちゃんやママの身体のこと  
母乳・抱っこの相談  
沐浴など
- 11:50 ランチ
- 13:00 ママはお昼寝や入浴  
赤ちゃんの見守りあり
- 15:00 お帰り

※ご利用例です。内容や時間は、ご希望や状況により相談して決めていきます。



◀デイケアはランチ付

## 産前・産後訪問ケア

要予約 前日 15:00 までに  
お申し込み下さい

妊娠中～産後、外出が困難なときには、状況に合わせて助産師・保健師・看護師・理学療法士などが、ご自宅に訪問しご相談に対応します。

- 時間 1回約60～90分。日時、内容についてはご希望をお聞きし、ご相談して決めていきます。
- 料金 通常1回8,500円（会員）9,500円（非会員）が  
**どなたでも 2,500 円 + 出張料（500 円）**  
（令和3年3月まで）  
※新潟市中央区外、市外は交通費実費（30円/km）が加算されます。
- 利用回数 妊娠中4回、産後7回が助成料金の対象となります。それ以降は、正規料金となります。

### ケア内容例 デイケア・訪問ケアともに、専門職がご相談に対応します。

- 育児全般に渡る育児相談
- 体重測定など発育・発達など気になることの相談
- 助産師による母乳相談・授乳方法について、添い乳の仕方など  
また、妊娠中の生活の仕方や食事など気になることにお応えします
- ママの身体的不調などへの対応、保健指導・妊娠中の方も助産師が対応します 例)「骨盤ケア」「冷えとり」についてなど
- 赤ちゃんについての対応、相談、保健指導、沐浴など  
例) 赤ちゃんの抱っこの仕方・寝かせ方・お世話の仕方など  
便秘・向き癖・反り返りなどへの対応

### 利用されたママの感想

「体を休めるだけかと思っていたのですが、今気になっていたことや不安なことをお話しできてとても安心できました。」

「子どもをお風呂に入れていただき、私も一人で寝れ、風呂にも入れ、美味しいご飯も頂けて…今回リフレッシュできて良かったです。送迎も本当に助かりました。」

「妊娠中から利用させてもらっています。出産や育児に漠然とした不安がありました。ここでいろいろ相談出来て、また産後は訪問ケアなどしていただいているんな不安も解決できて心強かったです。」

■お申込み・お問合せは  
こちらの申込みフォームまたはメールへ

親とよいこの😊サポートステーション はっぴい mama はうす

TEL 025-278-3177 mail : npo.hmo@gmail.com

〒950-0983 新潟市中央区神道寺1丁目5番4号（月・火・木・金 9:30～15:30）

https://www.happy-mama-ouendan.jp bolg http://ameblo.jp/happy-mama-house

申込みフォーム





母子健康  
手帳交付

お誕生  
おめでとう  
ございます



1 ヶ月



3 ヶ月



6 ヶ月



## ミニサロン

要予約・少人数にて開催。発達別なので、同じ頃の疑問や相談もできるサロンです。  
お子さんの体重測定もできます。時間：約90分 施設使用料：会員 300 円 非会員 500 円

ミニサロン (マタニティ)

ミニサロン (ねんころちゃん)

ミニサロン (ずりハイちゃん)

ミニサロン (どなたでも) どなたでもご参加いただけます。



## 子どもの育ち相談会

要予約・毎月1回 よいこの小児科さとう医院の佐藤先生がお話しをさせていただきます。  
ミニサロンと同時開催。普段気になっていることを気軽に聞いてみましょう。



online  
視聴可能

## 妊婦・育児個別相談

要予約・個別対応 月・火・木・金の 10:00~14:30

妊娠期のこと、育児のこと、自分のこと、色々なことのご相談に助産師・保健師・看護師が対応します。  
お子様の年齢制限はありません。はっぴい mama はうすでの対面と・オンラインご希望の方法で受け付けております。

料金 個別相談 30分 会員 300 円 非会員 500 円 ※オンラインは会員非会員共に、500 円

個別相談 90分 会員 2,500 円 非会員 3,500 円 (対面・オンライン共通) 産前産後骨盤ケアは、個別相談(90分)となります。

●理学療法士による個別ケア (対象：産後2か月以降の方) 要予約 料金：会員 4,500 円 非会員 5,500 円

online  
利用可能

## mama はうすのメンタルケア

- 子育てに活かす心理学講座 (メンタルケア講座) 要予約・少人数制 参加費：会員 1,500 円 非会員 2,500 円 (お稽古回数券使用できます。) 心理カウンセラーが毎回テーマを決めてお話しします。対象：子育てにお悩みや不安を感じているママ・「こころ」に興味関心がある方など
- メンタル個別カウンセリング (参加条件、回数制限有り) 約 90 分 料金：会員 2,500 円 非会員 3,500 円

## 産前・産後 デイケア 訪問ケア

※ご利用回数制限などがございます。詳細は表面をご覧ください。

デイケア 妊娠中でも産後でも、精神的・身体的に辛い時の休息に、個室のお布団でゆっくり過ごしていただけます。料金：3,000 円

訪問ケア 妊娠中～産後、心身の状況が辛く外出が困難なときには、状況に合わせて助産師・保健師・看護師・理学療法士などがご自宅に訪問し、相談に対応します。料金：2,500 円+出張料 500 円

## お稽古講座

要予約・少人数制 参加費：会員 1,500 円 非会員 2,500 円 (お稽古回数券あり 6,500 円 /5 回分)

状況と内容により  
online開催の場合もあります。

### ミニマタニティクラス

妊娠中の今から知っておきたい知識や  
体験を助産師がお伝えします。

アロマ講座 個性心理学を楽しむ会 マネー講座 ヨガ講座 など

### 離乳食講座

離乳食を食べさせながら、より楽しく食べられる工夫を  
一緒に考えていく講座です。

対象：離乳食を始めた頃～進め方にお悩みがあるママと赤ちゃん



## オンライン mama はうす (座談会)

要予約・参加費無料！お茶やお菓子を食べながら、気軽にオンラインを試したり、  
他のママや、mama はうすのマスタッフと一緒に話しましょう。



大好評！

要予約

## テイクアウトランチ



数量限定、事前予約制。当日申し込みの場合は 10:15 までにお電話ください。  
メニューは SNS などでお知らせ中！ドリンクやお惣菜、焼き菓子などの販売日もあります。  
※多目的ホール内での食事はできません。

※詳細内容やスケジュールは、ホームページ・ブログをご覧ください。

※新型コロナウイルス感染症予防の為、来所にあたっての注意事項や、当日体調チェックを実施させていただいております。

■お申込み・お問合せ詳細は、ホームページやブログをご覧ください。

認定特定非営利活動法人 はっぴい mama 応援団

TEL 025-278-3177 mail : npo.hmo@gmail.com

https://www.happy-mama-ouendan.jp bolg http://ameblo.jp/happy-mama-house

ホームページ



ブログ

