

産後ケア利用者の声

産後ケアをご利用された方々より、
これから利用する方や、利用を迷っている方に
向けてメッセージをいただいています！
一人で抱え込まず、まずはお気軽にご相談ください。



～通所型(半日・1日コース)のご感想～

- ・助産師がとてもやさしくて、メンタルケアもして頂いて本当に励みになった。
- ・もっと沢山のお母さんたちに、産後のメンタルケアを知って元気になって欲しい。
- ・体重増加が思わしくなく体重測定やミルクの回数・量について相談させてもらい参考になった。
- ・手続きが面倒で産後4か月まで利用しなかったがもっと早く行っていれば良かった。実際面倒ではなかったが、産後ということもあってハードルが高かった。
- ・もっと早くから利用すれば良かった。日々の不安、悩みが解消できて良かった。少しの時間でも休めた。
- ・助産師さんがとても話しやすかった。



～訪問型のご感想～

- ・母乳を全く吸ってくれず落ち込んでいたが、産後ケアを利用しトラブルが解消され、完全母乳にすることができた。感謝。
- ・育児手技全般を助産師と一緒にやってみて、その後のイメージができた。
- ・母乳マッサージをしてもらい症状が改善した。乳腺炎への対処の仕方を学ぶことができた。
- ・乳腺のつまりがあったようで、解消したらその後のトラブルがなくなった。また母乳育児を頑張りたい。
- ・助産師さんに何でも相談しやすかった。
- ・お願いするのに勇気がいったので、もう少し気軽に受けられたら良かったと思う。



産後ケア利用者の声

～宿泊型(1泊2日)のご感想～

- ・久しぶりに子どもの世話から離れて、自分の時間が持てたり、眠ったりすることができた。
- ・育児不安に関して、助産師さんが対応してくれて解消することができた。
- ・日中ミルクで落ち着かない時以外は預かってもらった。夜間は完全に預かってもらい、ぐっすり眠ることができて良かった。
- ・自分より大変な人があるかも…と遠慮してしまって中々頼めない方や、産後ケアとはどういうものなのかイメージできずに悩んでいる方が多くいるんじゃないかなと思った。
- ・いつも夜泣きでぐっすり眠れないが、子どもを気にせずに眠ることができてスッキリした。



～このような方がご利用されています～

- ・疲れが溜まっていた。
- ・自分の身体を休めたかった。
- ・夫の帰宅が遅く、出張で泊りもあるため支援を受けづらい。
- ・実家が遠方であり義両親は高齢なため支援が受けられない。
- ・授乳のことを相談したかった。
- ・育児での困りごとを解決したかった。



～助産師からのメッセージ～

この度はご出産、誠におめでとうございます 🌸

産後の体調はいかがでしょう？

新しい命の誕生はとても喜ばしい出来事な一方で、不安に襲われたり、慣れない育児に疲れてしまったりと、色々な心配事が出てくることと思います。

町には、一生懸命に頑張るママを助産師と保健師とでサポートする『産後ケア事業』があります。

ちょっとしたことで誰に相談すれば良いか迷った時は、ぜひ声をかけてほしいです！また、自宅で赤ちゃんを2人きりだから少し誰かと話してリフレッシュしたいと思った時にも、ぜひ産後ケアを使ってくださいね。ママたちが安心して育児ができるよう全力でサポートします 😊