

令和5年度
北上市産後ケア委託事業
産前産後ケアハウス

完全
予約制



まんまるだっこ

『まんまるだっこ』はママと赤ちゃんが、安心して休め、母乳ケア・育児相談等が受けられる施設です。

必要なものは施設に準備してありますので、お出かけの負担感も少なくご利用いただけます。 ※市外の方、5か月以降の方も自己負担で利用することが可能です。

サービス/

1 産後デイサービス

1日ゆったりと
サービスを
受けられます

対象：北上市内在住 産後5か月未満
利用日：火・木・金曜日 9:00～16:00
利用料：1,000円/回 ※市外の方・5か月以降の方は15,000円

デイサービス1日の流れ

(一例)

- 9:00 チェックイン
- 10:00 育児相談
アロマトリートメント
- 11:00 お昼寝
- 12:00 昼食「まんまるごはん」
- 13:00 赤ちゃんの沐浴
ママの入浴・足浴
- 14:00 お昼寝
- 15:00 おやつ
- 16:00 チェックアウト



サービス/

2 産後ショートサービス

短時間でケア
相談だけでも
お気軽にどうぞ

対象：北上市内在住 産後5か月未満
利用日：基本火・木・金曜日
①9:00～12:00 ②13:00～16:00
利用料：300円/回 ※市外の方・5か月以降の方は8,000円

サービス/

3 訪問サービス

ご自宅まで伺います!
1か月未満のママにも
おすすめ

対象：北上市内在住 産後1年未満
利用日：火・木・金曜日
利用料：無料 ※市外の方・1才以降の方は8,000円

ケア・サービスの一例

利用される方のお話を伺いながら、
内容・優先順位をご提案いたします

母乳ケア(授乳の仕方・トラブル・卒乳等) /
ミルク、母乳の量についての相談 / 骨盤ケア /
赤ちゃんの体重測定 / 沐浴 /
入浴(お母さんと赤ちゃん) / 足浴(お母さん) /
だっこひも、おんぶひもの使い方(お持ちのもの
があればご持参ください) / 育児相談

利用可能回数：10回以内

複数の実施機関を利用した場合でも、通算10回まで
となります。※多胎の場合は12回

キャンセル料金

前日17時以降はキャンセル料が発生します。
お早めにご連絡ください。

生活保護世帯、非課税世帯の方は無料となります。利用前に北上市子育て世代包括支援センター
(TEL:0197-72-8298)へご連絡のうえ手続きをお願い致します。

持ち物

母子手帳 / 印鑑 / 最低限のお出かけグッズ ※特定のミルク・哺乳瓶を決めている方はお持ちください

施設に準備しているもの

授乳用パジャマ / 赤ちゃんの服 / 肌着 / おむつ / おしりふき / ガーゼハンカチ / ミルク /
哺乳瓶等用品 / 母乳パット / ナプキン / タオル / シャンプー / リンス / ドライヤー

産前産後ケアハウス

まんまるだっこ

お問い合わせ

NPO法人まんまるママいわて
090-6680-1135

まんまるママいわて @manmarumamaiwate

北上市村崎野15地割534-46 受付日時：火・木・金曜日 9:00～16:00

メール info@manmaru.org HP https://manmaru.org



ダイナム

佐々木
歯科医院

製ウ
作ス
所イ
P有

金寿司

まんまるだっこ

産前産後ケアハウス



4 むらさきの
幼稚園

万SAI堂

令和5年度
北上市産前産後サポート事業
プレママ&ママ応援サロン

完全
予約制



まんまる お月さま



妊娠・産後・子育ての悩みを、助産師や保健師と、ゆっくりじっくりお話しませんか？
前半はテーマの講座、後半は妊娠中の準備、お産のこと、母乳やママ自身の体調、赤ちゃんの成長、だっこひもの
使い方など、おしゃべりしながらお気軽にご相談ください。赤ちゃんの体重測定もできます。

開催日：基本第2月曜日 10時～12時

開催場所：黒沢尻北地区交流センター（北上市常盤台1丁目30-20）

定員：10組予約制 参加料：無料

対象：北上市内にお住まいの妊婦・おおむね1歳までの赤ちゃんを育てているママ

※感染対策をしながら開催致します。



第3月曜
4/17(月) 子どもの遊びと暮らし
講師：助産師 千田優子氏

第1月曜
10/2(月) あかちゃんのおやつ
講師：栄養士 八重樫優美氏

5/8(月) まんまる離乳食
講師：まんまる保健師

11/13(月) いろんなことしゃべろう会
講師：まんまるだっこスタッフ

6/12(月) あかちゃんの歯
講師：歯科衛生士 吉田和子氏

12/11(月) まんまる離乳食
講師：まんまる保健師

7/10(月) あかちゃんの哺乳～母乳・ミルク・卒乳のこと～
講師：まんまる助産師

第3月曜
1/15(月) お産の振り返りをしよう
講師：まんまる助産師

第1月曜
8/7(月) アロマの香りでリラックス
講師：まんまる保健師

第1月曜
2/5(月) いろんなことしゃべろう会
講師：まんまるだっこスタッフ

9/11(月) 防災にも役立つ子育てグッズ
講師：防災士 武蔵野美和氏

3/11(月) アロマの香りでリラックス
講師：まんまる保健師

産前産後ケアハウス

まんまるだっこ

お問い合わせ

NPO法人まんまるママいわて
090-6680-1135

まんまるママいわて @manmarumamaiwate

北上市村崎野15地割534-46
受付日時：火・木・金曜日 9:00～16:00
メール info@manmaru.org
HP https://manmaru.org

