

はなまき

花巻市委託事業

産前産後ケアハウス

まんまるぽっと

助産師・保健師ら専門職

ママスタッフや
キッチンスタッフ

育児のスタートをスタッフ一同
心を込めてサポートさせていただきます。



産前産後の大変な時期、からだやこころの疲れを感じていませんか？
ママ自身が心身ともに健康であることが赤ちゃん、そして家族にとって
何よりも重要です。疲れて…、不安で…、緊張で…、そんな空になった
心のぽっと満たしましょう。

産後ケア事業

産後デイサービス 完全予約制

費用	花 花巻市に住所のある方 / 3,000円 昼食付き	花 以外の方 15,000円
日時	毎週月・水・金 9時～16時	

◆ケアの内容

- ・母乳ケア
- ・育児相談
- ・ママの入浴
- ・ランチ提供
- ・おやつ提供
- ・アロマトリートメント
- ・あかちゃんの体重測定
- ・沐浴

持ち物

- ・母子手帳
- ・おしりふき
- ・特定のミルク
- ・いつものお出かけセット

施設にあるもの

- ・授乳用パジャマ、あかちゃんの服
- ・ミルク、紙オムツ
- ・バスタオル、フェイスタオル
- ・ナプキン

タイムスケジュール(例)

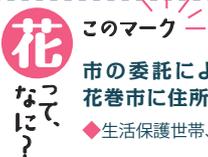
9時	チェックイン
10時	母乳ケア・アロマトリートメント
11時	お昼寝
12時	昼食「まんまるごはん」
13時	赤ちゃんの沐浴 ママの入浴・足浴
14時	お昼寝
15時	おやつ
16時	チェックアウト

ショートタイム 完全予約制

費用	花 花巻市に住所のある方 / 1,000円(お茶付き)	花 以外の方 8,000円
日時	毎週月・水・金 9時～12時 または 13時～16時	

訪問相談 完全予約制

費用	花 花巻市に住所のある方 1,000円	花 以外の方 7,000円+交通費
日時	要相談	



このマーク
市の委託により利用できる価格です。
花巻市に住所のある産後5ヶ月未満の方が計5回利用できます。
◆生活保護世帯、非課税世帯の方は無料となります。
利用前に市健康づくり課へ申請が必要です。

上記の「花」の価格で利用するためには、申請手続きが必要です。
事前に、まんまるぽっとへ予約をお願いします。事業についてのお問い合わせは
花巻市健康づくり課母子保健係0198-23-3121またはまんまるぽっと
までご連絡ください。
◆キャンセルは前日17時までに電話でお願いします。それ以降のキャンセルはキャンセル料
を頂きます。

産前産後サポート事業

- ◆場所:花北振興センター和室 ◆時間:10時～12時
- ◆参加費:無料 (花巻市に住所のある方が優先になります。市外の方は参加費 500円がかかります。) ※日時・場所等は変更が無いが確認をお願いします。

◆花巻まんまるサロン

開催日: 毎月第3木曜日
内容: 助産師・保健師と、ゆっくりおしゃべりサロン。
対象: 妊婦・乳幼児を子育て中の母親
※申込不要 ●手作りおやつとお茶も出ますよ。

◆花巻まんまるヨガ 前月の1日から予約できます

開催日: 毎月第1木曜日
内容: 子連れで参加できるヨガ。心と体のケアをします。
助産師がおりますので相談も行えます
対象: 妊婦～産後1年まで **先着15名** ※要申込

NPO法人まんまるママいわてでは、県内各地でサロンやヨガを開催しております。URL <http://manmaru.org/>



産前産後ケアハウス まんまるぽっと 岩手県花巻市下幅 21-36

お問い合わせ TEL 090-2981-1135(いい産後!)

info@manmaru.org

http://manmaru.org

受付曜日: 時間/月曜、水曜、金曜 9:00～16:00 担当者/佐々木