

令和7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

対象：北上市に住所のある方 産後5ヵ月未満

利用日：火・木・金曜日 9:00~16:00

利用料：1,000円/回 ※市外の方・5ヵ月以降の方は20,000円

1日ゆったりと
サービスを
受けられます

サービス/

2) 産後ショートサービス

対象：北上市に住所のある方 産後5ヵ月未満

利用日：火・木・金曜日

①9:00~12:00 ②13:00~16:00

利用料：300円/回 ※市外の方・5ヵ月以降の方は12,000円

短時間でOK
相談だけでも
お気軽にどうぞ

サービス/

3) 訪問サービス

対象：北上市に住所のある方 産後1年未満

利用日：基本火・木・金曜日(応相談)

利用料：無料 ※市外の方・1才以降の方は10,000円

ご自宅まで伺います!
1ヵ月未満のママにも
おすすめ

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

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 /
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・早産の場合は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。

対象になる方は、利用前に北上市子ども家庭センター(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
※北上市産後ケア事業利用券をお持ちの方は必ずご持参ください

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

NPO法人まんまるママいわて自主事業

妊婦・母乳・育児・卒乳相談

- 対象 ママと赤ちゃん、妊婦さん
- 日時 毎週火・木・金 9時~16時(最大2時間)
- 費用 初診5,000円 再診4,000円
- 内容 妊婦の個別相談、乳房ケア、
赤ちゃんの体重測定、
母乳・ミルクのあげ方

NPO法人まんまるママいわて

090-6680-1135

受付日時：火・木・金曜日 9:00~16:00

メール info@manmaru.org

HP https://manmaru.org



まんまるママいわて



@manmarumamaiwate

北上市村崎野15地割534-46



令和7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、助産師とゆっくりじっくりお話しませんか？

前半は助産師がテーマごとにミニ講座をします。後半はおしゃべりしたり、相談したり、赤ちゃんの体重測定もできます。妊婦さんも大歓迎です。相談内容は、妊娠中の心や身体のこと、マイナートラブルのこと、育児用品の準備について、お産のこと、母乳・ミルクの相談やママ自身の体調のこと、赤ちゃんの成長発達、抱っこ紐の使い方などお気軽にご相談ください。助産師が常駐します。

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（市外の方500円）

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

持ち物：バスタオル、赤ちゃんのお出かけセット（おむつ、ミルク、着替えなど）



令和7年

4/14(月) ママと赤ちゃんとの暮らし～春の過ごし方～

5/12(月) 赤ちゃんの栄養について～母乳・ミルク・卒乳・離乳食のこと～

6/9(月) 赤ちゃんの抱っことおんぶ

7/14(月) ママと赤ちゃんとの暮らし～夏の過ごし方～

第3月曜

8/18(月) 赤ちゃんの栄養について～母乳・ミルク・卒乳・離乳食のこと～

9/8(月) 赤ちゃんの成長・発達に合わせたあそびについて

第3月曜

10/20(月) ママと赤ちゃんとの暮らし～秋の過ごし方～

11/10(月) 赤ちゃんの栄養について～母乳・ミルク・卒乳・離乳食のこと～

12/8(月) 赤ちゃんの抱っことおんぶ

令和8年
1/19(月) ママと赤ちゃんとの暮らし～冬の過ごし方～

第3月曜

2/9(月) 赤ちゃんの栄養について～母乳・ミルク・卒乳・離乳食のこと～

3/9(月) 赤ちゃんの成長・発達に合わせたあそびについて

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

予約は開催日の前月より受け付けております

