

令和8年（2026年）春号

阿伎留通信

公立阿伎留医療センターは、医の心を重んじ、患者の生命と健康と生活の質を考える良質の医療を実践し、地域医療の最適化に努力します。

「産後ケア入院（宿泊型・通所型）について」

～出産後のお母さんと赤ちゃん、家族を支えるケア～

出産は女性にとって心身ともに大きな変化を伴う出来事です。産後の母体は、ホルモンバランスの急激な変化や睡眠不足、育児の不安など様々なストレスを抱えやすくなります。現代社会では核家族化や地域社会との結びつきの希薄化により、多くの母親が孤立感や不安を抱え、インターネットでの根拠のない情報に混乱しやすく、正しい情報提供と適切な支援が不可欠です。産後ケアは、こうした不安や負担を軽減し、母子の健康を守るための重要な役割を担っています。当センターでは医療的な安全性と多職種によるサポート体制を生かし宿泊型・通所型の産後ケア入院サービスを提供しています。

産後ケアとは

産後ケアとは、生後1年以内の赤ちゃんとその母親が一定期間、専門的なサポートを受けながら過ごせるサービスです。当センターの産後ケアは生後3か月までの赤ちゃんとその母親を対象としています。助産師、看護師などの医療スタッフから育児指導や母親の健康管理、授乳サポート、精神的なケアを受けることができます。特に初産婦やサポート体制が整っていない家庭、体調回復に不安がある母親にとっては、重要な支援となっています。

宿泊型産後ケアの特徴

宿泊型産後ケアは、母親と赤ちゃんが入院しながら24時間体制でサポートを受けるサービスです。入院期間は1泊2日から7泊8日まで、状況に応じて利用者が選択することができます。「とにかく寝たい」「夫が出張でいないので不安、夫の出張に合わせて利用したい」「授乳の仕方を教えてほしい」等、様々な利用理由に対応しています。入院中は、授乳や沐浴の指導、体調管理、育児に関する相談、産後うつ予防のためのメンタルケアなど、個々のニーズに合わせてきめ細やかなケアが提供されます。夜間もスタッフがサポートするため、母親は安心して休息をとることができ、育児疲れの解消にもつながります。また一緒に暮らす父親など家族にとっても家事や育児から一時的に解放され、リフレッシュすることができます。

通所型産後ケアの特徴

通所型産後ケアは、母親と赤ちゃんが日中の10時から16時まで産後ケアを利用し、必要なケアや指導を受けた後に自宅へ帰るスタイルです。宿泊型に比べて利用時間が短いため、日常生活のリズムを崩さずに支援を受けたい方に向いています。宿泊が難しい場合でも気軽に利用でき、複数回利用することで継続的なサポートが受けられます。あきる野市在住の方の場合、利用回数の制限はありません。通所中は、宿泊型と同様に個々のニーズに合わせて授乳や沐浴の練習、赤ちゃんの健康チェック、母体の回復状況の確認、育児相談などを行

っております。

産後ケアの利用方法と実際の流れ

当センターで出産した方はもちろん、そのほかの施設で出産した方に利用していただく事もできます。産後ケア入院の宿泊型・通所型のサービスの利用には、事前の申し込みや予約が必要です。料金の助成については、利用日数や宿泊型（あきる野市、日の出町在住の方）・通所型（あきる野市在住の方）によって異なりますので、事前にそれぞれの自治体へ問い合わせることが必要となります。

実際の利用の流れとしては、出産後に体調や育児状況を見ながら利用希望を提出し、空き状況や希望日程に合わせてサービスが提供されます。宿泊型の場合は滞在期間中のスケジュールが組まれ、通所型の場合は決められた日時に当センターへ通います。相談内容や健康チェックを通じて個々の悩みや課題に応じた支援が行われていきます。

産後ケアは、母と子の心身の健康を守るために極めて重要なサービスです。当センターでは、宿泊型と通所型の2つのケア形態を用意し、それぞれのライフスタイルやニーズに合わせた支援を提供しています。産後ケアの充実と普及が進み、安心して子育てできるよう、社会全体でサポートしていくことが重要であると考えています。



おやつでほっと一息♪



当センターで産まれた赤ちゃん掲載にあたり、ご両親の許可をいただいています。



個室でゆっくりお過ごしください
個室の利用料金はかかりません

「産後ケア入院(宿泊型・通所型)について」は、
3 西病棟 助産師 水谷が担当いたしました。
公立阿伎留医療センター 患者サービス改善委員会 発刊

阿伎留通信については、公立阿伎留医療センターのホームページで御覧になることができます。
(<https://www.akiru-med.jp/outpatient/akirunews>)