



東松島市 産後ケア

短時間通所のご案内

短時間通所は2時間、授乳に関する相談や育児に関する相談を行うことができます。お休みしたり、有料でマッサージを受けたり、ゆっくりランチをしたり、お子様の沐浴等も可能です。

あべクリニック産後ケア 短時間通所でできること

1 助産師によるサポートで育児の不安を解消できます



「おっぱいのケア（乳房マッサージ）をしてほしい」「自分にあった育児や授乳のアドバイスをしてほしい」など、なんでもご相談ください

2 赤ちゃんケア



専門のスタッフが赤ちゃんの発育・発達のチェックや健康上の観察を行います。

※沐浴は生後5ヶ月まで
(有料500円)

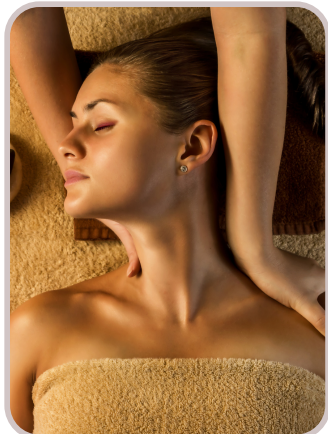
3 産後に必要な栄養たっぷり美味しいランチ



ご希望の場合はランチをお出しすることも可能です。

※有料850円

4 オプションでリラクゼーションがうけれます



プロのセラピストによるマッサージで育児の疲れを癒やします。

※有料・ご希望の方は予約時にマッサージメニューをご案内します。

5 少し休みたい



2時間とにかく休みたい、相談以外の時間は休みたい方は、お子様をスタッフに預けて一人でゆっくりお休みすることができます。

持ち物

- ・母子手帳
- ・お子様のお着替え
- ・お子様にとって必要な物
(おしゃぶり等)

✿哺乳瓶、ミルク、オムツはこちらで準備しています✿

利用できる方

東松島市に住所のある
0ヶ月～1歳未満のママと赤ちゃん

2025年現在

利用料金

短時間利用通所

1回1,400円

5回利用可能

ご利用までの流れ

1



東松島健康推進課に郵送も
しくは窓口で申請します。

※妊娠中の申請も
可能です。

2



東松島市から利用決定通知
書が届きます。

3



下記の予約専用番号・
LINE・InstagramDMいず
れかよりご予約。日程やプ
ランを決めます。オプショ
ンの希望はこの時にお伝え
ください。

こちらで用意している物

アメニティ

- ・母乳パット
- ・ナブキン
- ・授乳クッション
- ・タオル

その他

- ・フリーWi-Fi
- ・電子レンジ
- ・電気ポット
- ・ヘアドライヤー
- ・加湿器

赤ちゃん用品

- ・沐浴ソープ
- ・赤ちゃん用保湿剤
- ・哺乳瓶
- ・ミルク
- ・オムツ
- ・おしりふき
- ・おくるみ
- ・赤ちゃん用タオル



アクセス



当院の駐車場を
ご利用ください

〒986-0859
宮城県石巻市大街道西
二丁目1番80号
「マタニティハウス
さざんか」

育児の疲れから解放されたい

体がつらいので少し休みたい

子供たちをあずけて
ゆっくり熟睡したい

今まさに苦しんでいるママの
心が少しでも軽くなるよう
お手伝いします

あベクリニック産科婦人科

ご予約
お問い合わせ

ご予約・お問い合わせは
LINE・InstagramDMからどうぞ



予約専門番号 TEL ☎ 08018582191

担当助産師

あベクリニック産科婦人科 阿部真由美