



宗像市産後ケア事業 ～ロイヤルホテル宗像でのデイサービス～



4/21 にホテルを活用した産後ケアを初めて利用した様子をご紹介します。
今回のママは、11 か月の赤ちゃんを子育て中で、おっぱいケアや休息を希望しての利用申請でした。この日は赤ちゃんの夜泣き等で少し疲れ気味。10 時半からサービス開始して、ゆっくりスケジュールを進めていくことになりました。



昼食後 13 時半、ママの希望で足湯をして体を温めます。ほっと一息、お話も笑顔でまたはずみます。
この後授乳タイムをはさんで、以前トラブルを起こしたおっぱいの状態を確認しました。もうすぐ赤ちゃんが 1 歳になるので、卒乳に向けてのケアもアドバイスを行いました。

まずは和室のお部屋で日々の子育てや時にイライラしたこと等ゆっくりおしゃべり。授乳をした後、赤ちゃんと一緒にお布団でうとうとタイムもありました。ゆったりした雰囲気でもママもリラックスして赤ちゃんもにっこり。



12 時頃、ホテル内レストランにて、出来立てのお料理が準備されます。
赤ちゃんも準備してきた離乳食を食べます。この時間は助産師が赤ちゃんのお世話を担当。子育てでいつも慌ただしいママは、ゆっくりご飯を食べてくださいね。

(利用したママからのコメント)
いつもは赤ちゃんから目が離せず気が抜けませんが、今日は助産師さんが一緒に見守ってくれて、安心してお話や食事ができてリフレッシュできました。このホテルも初めて来ましたが、赤ちゃんも楽しそうに過ごしてくれて、これから家族で楽しめる場所としてもイメージできました。