

# 栃木県 助産師 会



栃木県の地域での子育て  
を支援します。

女性の皆さんの心と体の  
健康を守ります。

[HTTP://WWW.JYOSANSHI-  
TOCHIGI.COM/INDEX.HTML](http://www.jyosanshi-tochigi.com/index.html)





1

私の助産師さんサービス

2

妊娠・出産のお世話、  
助産所紹介

3

地域での子育て支援

4

性教育

5

子育て・女性健康支援センター



## ① 私の助産師さんサービス

**訪問支援1回(90分)  
+ 電話・メール相談(30日)**

受け持ち助産師が続けて関わってくれるから安心！

**対象者：出産直後～産後4ヶ月まで**

**料金：11,000円**

**申込先：050-7301-0716  
mymidwife@tone.ne.jp**



## ② 妊娠出産のお世話 助産所紹介

助産師は地域で独立開業し  
助産院や自宅での出産を  
介助しています

妊娠中から丁寧に関わり、  
安全な妊娠経過・出産と一緒に目指します。

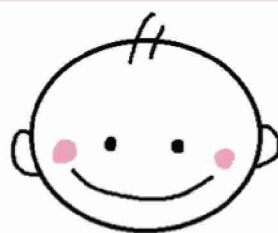
助産所紹介HP：

<http://www.jyosanshitochigi.com/midwife.html>

妊婦健診・入院・出産

# ままと赤ちゃんの家

2001年から助産師が出産のお手伝いをさせていただいています  
現在までに約500人の赤ちゃんが元気に生まれています



助産院見学・相談受付中  
HPごらんください^^

- JR「那須塩原駅」「黒磯駅」から車で約5分
- 妊婦健康受診券・子育て応援券利用可能
- 妊婦健診・入院・出産施設
- 産後ケア・産後デイサービス施設

※詳しくはお問い合わせ下さい



# 妊娠と出産から育児まで常にサポートします



## 妊婦健診

丁寧に一人一人時間をかけて  
お腹の中の赤ちゃんのこと  
変化していくお体のことを診察し  
日常生活のことを  
助産師と一緒に考えていきます



## 出産

自然の力で生まれてきた赤ちゃんは  
本当にきれいな  
感じたことのない感動が  
体中にあふれます



## 産後

退院してからも  
赤ちゃん健診や  
産後ケア入院・産後デイサービス  
育児サークル  
ヨガサークル  
離乳食クラスなど  
楽しい集まりがたくさんありますよ



助産所 ままと赤ちゃんの家は、「産科医療保障制度」および「助産所賠償責任」に加入しています。  
日本助産師会、日本看護協会の会員であり、  
「助産業務ガイドライン2019」に則って、安全で、快適な助産実践をこれからも行ってまいります。

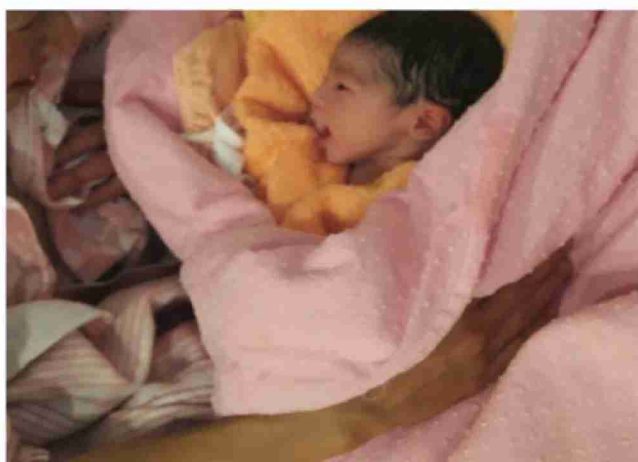
# 安心で快適な満足の高い出産をご提供します

ママとご家族のお考えを大切にします

## 出産のお手伝い

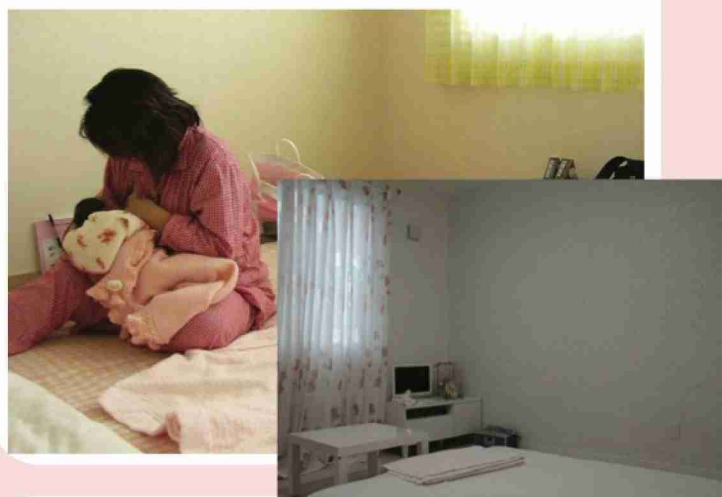
- ・傷のない出産
- ・出産時間の短い出産
- ・出血の少ない出産
- ・ママも赤ちゃんも元気いっぱいな出産

ご主人やお子様たち  
身近な方が出産に立ち会えます



## 産後の入院

ご家族も一緒に入院できます  
ママ一人で入院することもできます  
面会は時間制限なく自由  
早く退院して出産費用を抑えることもできます



## 費用

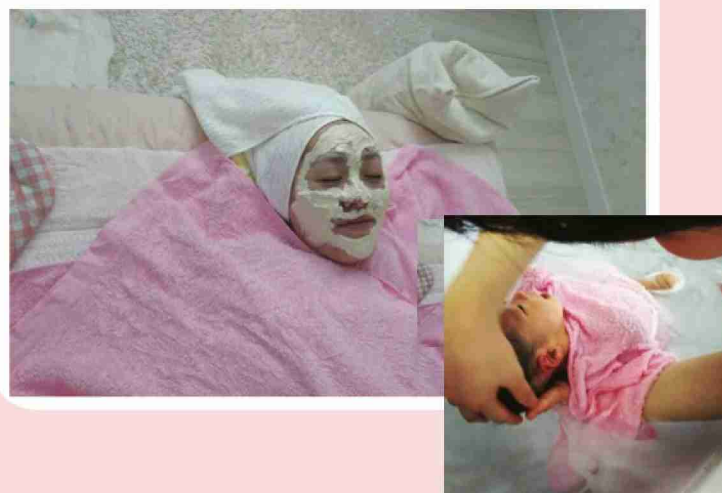
不必要な検査を省くことで  
ほぼ受診票（無料券）だけで  
健診を受けることができます  
出産は入院日数を自分で決めることができるので  
入院費用を抑えることができます  
ゆっくり入院したい方の特別メニューもございます  
産後も受診券（無料券）や  
子育て応援券が使用できます



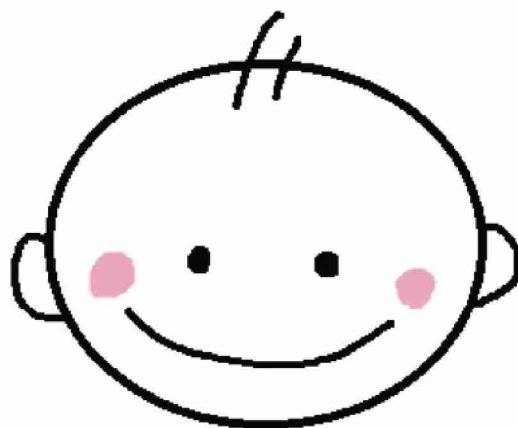
## 産後ケア・産後デイサービス

助産所を退院した後  
ご利用になれます  
宿泊は一日5,000円の自己負担  
産後デイサービスは一日3,000円の自己負担で  
ご利用になれます  
赤ちゃんを助産師に預けて  
全身マッサージやよもぎ蒸しでリフレッシュ！

病院で出産された方もご利用できます  
お気軽にお尋ねください



## 交通アクセス



### ■ 電車でお越しの方

JR「那須塩原駅」「黒磯駅」から車で約5分

### ■ 黒磯板室インターより那須塩原駅方面へ

唐杉交差点を左折し、約3分

妊婦健診・入院・出産

**助産所 ままと赤ちゃんの家**

■ 妊婦健診・入院・出産施設

■ 産後ケア・産後サービス施設

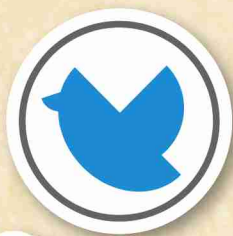
所在地／〒325-0033 栃木県那須塩原市埼玉451-1

お問い合わせ

**☎0287-62-9809**

受付時間／9：00～18:00

ことりのさえずりが聞こえるようなのんびりした場所にある助産院です



# ことり助産院



産前・産後のお体についての相談、  
母乳育児のためのマッサージで  
カラダのつらさを和らげませんか



ゆったりとした健診、  
出産を迎えるための身体づくり  
家族で楽しみに赤ちゃんを迎える  
準備のお手伝いをいたします



他院でご出産  
された方もどうぞ  
ご連絡ください

## 診療内容

- 妊婦健診
- 分娩
- 入院
- 母乳マッサージ
- 産前・産後の  
お体についての相談

診療時間／9:00～17:00(希望応需)  
休診日／火曜日(土日に対応しております)  
※予約制ですので、まずはお電話ください。



ことり助産院

鹿沼市上南摩町92-25  
(鹿沼市運動公園 西側)

☎ 0289-77-3553

ことり助産院

検索

<http://midwifemap.com/kotori/mysite/>



# 大下

OHSHITA  
MATERNITY  
CLINIC

## 助産院

本能とバイオリズムに  
耳を傾けながら  
あなたが女性として  
自由にかつ責任を持って  
生きていくための  
サポートをしていきます  
家族が増え  
それぞれの役割や環境が変化し  
愛の再構築が必要な今のあなたが  
あなたらしく変容していく  
本来のあなたに気づき  
その存在を愛せるように  
必要とするあなたのもとへ伺います  
この身体と魂ひとつ  
ノマド（遊牧民）のように  
人生の旅を  
楽しめる助産師として

### 「出張母乳育児相談」



＊おっぱいケア、育児に関する相談

（乳腺炎を繰り返すママ、卒乳したいママなど）

出張料・背中のアロマトリートメント・

嗅覚反応分析 込 4千円

### 「訪問産後ケア」

＊母乳育児相談

＊沐浴

＊アロマトリートメント

料金は内容によって変わります

### 「インフアントトリートメント教室」

＊いわゆるベビマをお教えます

出張料込 1回 4千円

### 「オンラインによる育児相談」

＊メールやSNSでの相談

1ヶ月 3千円



料金など詳しくはこちら↓



NOMADMIDWIFE

[www.nomadmwife.com](http://www.nomadmwife.com)





### <メニュー>

- ・授乳相談（母乳、ミルク）
- ・乳房ケア（乳腺炎、断乳など）
- ・トコちゃんの骨盤ケア教室
- ・まるまるねんね教室

産前産後ケアサロン

## 助産院 笑蒔



ママのHAPPYが 家族のHAPPY  
ママのHAPPYを応援します♪



←詳細はHPを  
ご覧下さい

助産師 金子 由香里  
場 所：宇都宮市西川田





助産師・保健師

はな  @hanajosanin

# 助産院

(宇都宮)

出張訪問 講座(産後、妊婦)

赤ちゃんのご飯(授乳相談)

乳房ケア

妊婦クラス～アフターバースプラン～

抱っこ紐の会

ママのための学校

おうち性教育～男の子を学ぼう～



### ③地域での子育て支援

## 「ママトーク」 栃木県助産師会主催 育児サロン

生後1歳までの赤ちゃんとお母さんや家族  
妊娠中のプレママ也大歓迎！！

育児は大変だけど楽しい！  
1人で悩まないで出てきませんか？

HP：

<http://www.jyosanshi-tochigi.com/area.html>

## ♥助産師会の育児サロン「ママトーク」♥

助産師会主催の育児サロン「ママトーク」は、お母さんが赤ちゃんをより可愛いく思い、「育児は大変だけど楽しい！！」と感じてもらうことを目指して活動しているサロンです。また、助産師・栄養士による育児相談、母乳相談、ママの心とからだの相談なども行っています。

引っ越して来たばかりのお母さん、お産後外出するきっかけが見つからないお母さん、赤ちゃんとのかわり方がわからないお母さん、一人で悩まないで出てきてみませんか？



### 「ママトークの」ご案内

|               |                           |
|---------------|---------------------------|
| リトミック         | 音楽に合わせて赤ちゃんと一緒に遊びます。      |
| ベビーママフィットネス   | 親子体操。骨盤調整の体操。アフタービクス、ヨガなど |
| ママと赤ちゃんのマッサージ | ベビーマッサージ、ママのハンドマッサージ      |

※ 各回とも、体重測定、母乳相談、育児相談を実施します。

参加希望の方はできるだけ事前申込みをお願いします(当日参加可)。

- ★開催日； 日程表でご確認ください。
- ★時 間； 9:30～12:00(受付 9:30～10:00)
- ★会 場； 下野市薬師寺コミュニティーセンター和室  
下野市薬師寺1387-25 電話 0285-48-5522
- ★参加費； 1,200円(講師謝礼、保険料、マッサージ用オイル代など実費負担)
- ★対 象； 生後1歳までの赤ちゃんとお母さんや家族、その他希望者  
(妊娠中のプレママ也大歓迎です。)

注)小さな赤ちゃんが多数参加されますので、上のお子さんの同伴はご遠慮ください。

新型コロナウイルスの流行のため、念のため  
ご参加されるママとパパは、マスクのご着用  
をお願いいたします。



# ママトークの内容



## リトミック

楽しい音楽にふれあい、リズムや音を体で感じながら赤ちゃんとお遊びしましょう。リトミックで楽しく遊んだあとは、**助産師による育児相談、母乳相談ができます。体重測定もできます。母子手帳など体重の記録をご持参ください。**  
ママ同士の情報交換の場、フリートークの時間もたっぷりあります。  
赤ちゃんとの遊び方がわからない・・・ママ友達募集中の方は是非ご参加ください。

## ベビーママフィットネス アフタービクス

- ベビーママフィットネス
- アフタービクス
- ヨガ

親子の絆を深めるスキンシップ&コミュニケーションエクササイズです。ママの産後の運動と、ベビーエクササイズをミックスさせて楽しく遊びます。

アフタービクスも楽しくご参加ください。  
からだを動かすことで、ストレス解消につながります。

運動のできる服装でご参加ください。



## ママと赤ちゃんのマッサージ ママのハンドマッサージ

- 赤ちゃんのマッサージ
- ママのハンドマッサージ

血液循環をよくすることで、赤ちゃんの脳の発達を促したり免疫力を高めます。  
ママは  
ハンドマッサージでゆったり癒されましょう。

★持ってきてほしいもの

オイルを入れる容器(タッパーなど)、バスタオル、タオル、おむつ(汚れたおむつは持ち帰りにご協力ください)、45リットルサイズのビニール袋(座布団にかぶせます)、赤ちゃんの着替え、授乳に必要なもの、ママの水分補給のお茶など。

主催； 一般社団法人栃木県助産師会  
子育て・女性健康支援センター(ミッドワイフしもつけ)

## お問い合わせ

開催日等のお問い合わせ 藤川助産師まで Tel:090-3107-7432

メール [fujikawa.a.m.room@docomo.ne.jp](mailto:fujikawa.a.m.room@docomo.ne.jp)

※ 仕事中で電話に出られないことも多いので、  
メールでお問い合わせください。

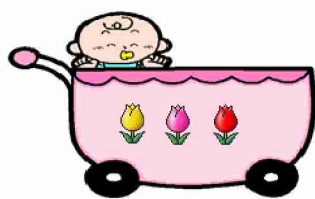


## ママトーク 開催日程と会場 《2020 年度版》

|               |         |               |                     |
|---------------|---------|---------------|---------------------|
| 9 月           | 16 日(水) | ママと赤ちゃんのマッサージ | 薬師寺コミュニティーセンター(会議室) |
|               | 30 日(水) | リトミック         | 薬師寺コミュニティーセンター(和室)  |
| 10 月          | 14 日(水) | ベビーママフィットネス   | 薬師寺コミュニティーセンター(和室)  |
|               | 21 日(水) | リトミック         | 薬師寺コミュニティーセンター(和室)  |
| 11 月          | 11 日(水) | ママと赤ちゃんのマッサージ | 薬師寺コミュニティーセンター(和室)  |
|               | 25 日(水) | リトミック         | 薬師寺コミュニティーセンター(和室)  |
| 12 月          | 9 日(水)  | ベビーママフィットネス   | 薬師寺コミュニティーセンター(和室)  |
|               | 23 日(水) | リトミック         | 薬師寺コミュニティーセンター(和室)  |
| 2021 年<br>1 月 | 20 日(水) | リトミック         | 薬師寺コミュニティーセンター(和室)  |
| 2 月           | 17 日(水) | リトミック         | 薬師寺コミュニティーセンター(和室)  |
| 3 月           | 17 日(水) | リトミック         | 薬師寺コミュニティーセンター(和室)  |

新型コロナウイルス感染拡大予防のため 2020 年度前半のママトークは 1 月までの開催を中止いたしました。ママトークを楽しみにしていたお母さま方には、ご迷惑をおかけいたしました。

**9 月からママトークを開催します。**



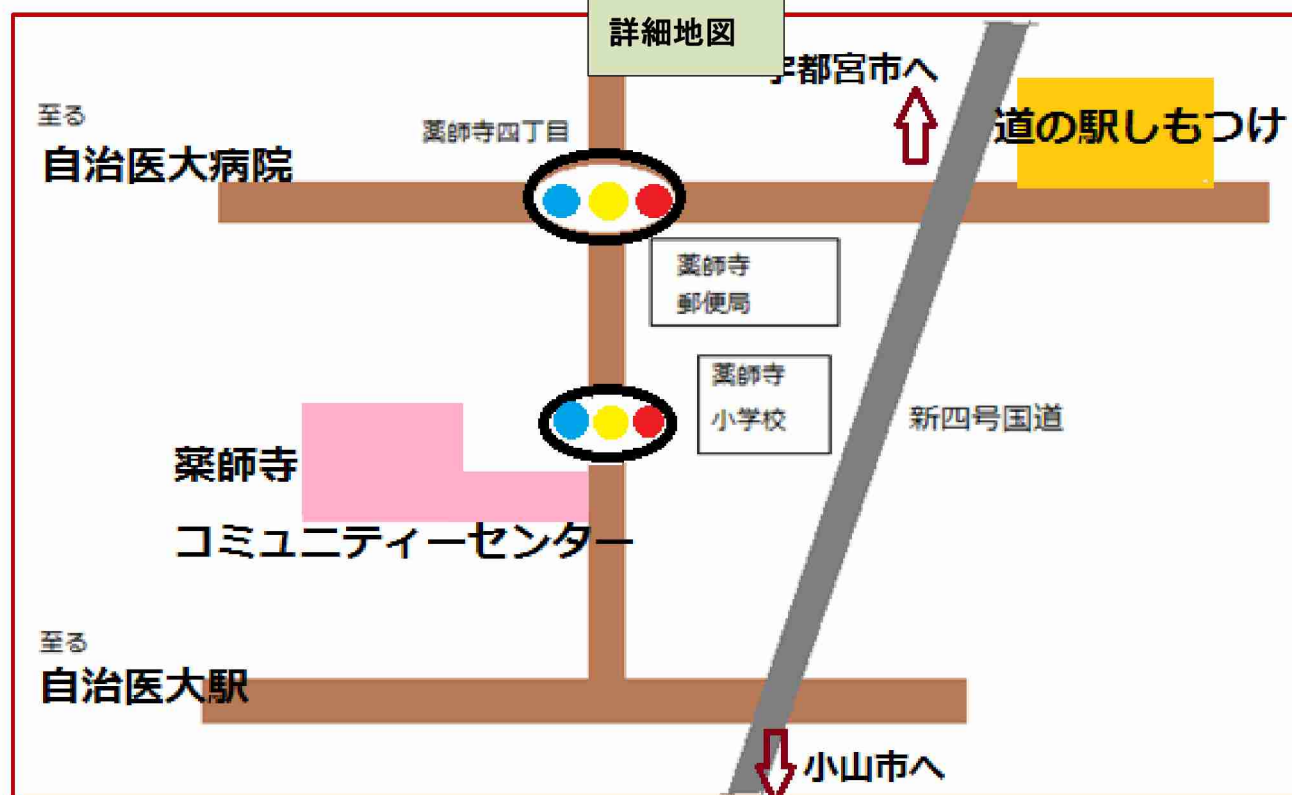
感染状況の拡大状況 および 公共施設をお借りしている関係上、**場所や日程**などの急な変更もあり得ます。

栃木県助産師会のホームページからも日程等の確認をお願いいたします。

《 栃木県助産師会ホームページ 》

<http://www.jyosanshi-tochigi.com/testtest/index.html>

# 会場地図





## ④ 性教育

# 小中高校生に向けて 性教育＝生教育

子供達が精一杯生まれてきたことに  
自信を持つことをサポート  
保護者に向けても講義します

HP：

<http://www.jyosanshi-tochigi.com/education.html>



## ⑤ 子育て・女性健康支援センター

あなたの心と体のこと  
子育てのこと  
どんなことでも  
24時間ご相談にのります

TEL:080-9662-1103

メール：tochijo-center@softbank.ne.jp

HP:

<http://www.jyosanshi-tochigi.com/childrearing.html>