

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♡



助産師会って 何をしてくれるところ？

● 私の助産師さんサービス

● 妊娠・出産のお世話・
助産所紹介

● 性教育

● 地域での子育て支援

● 子育て・女性健康支援
センター



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



産後ケア

- ・ デイケア
- ・ 宿泊
- ・ 訪問

お住まいの自治体の
ウェブサイトを
チェック！！

子育ての悩み・相談
母乳の相談
ママの休息



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・出産を
一緒に目指します！





お産・入院ができる 施設



助産所 ままと 赤ちゃんの家

住所

〒325-0033

栃木県那須塩原市埼玉451-1

電話番号

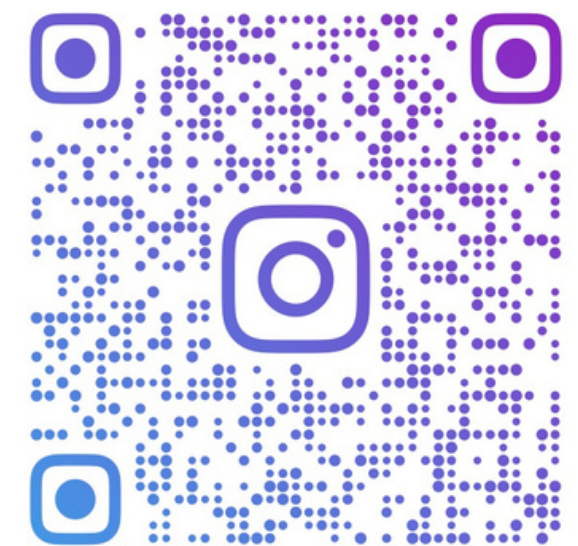
0287-62-9809

診療時間

月曜－金曜 9:00-17:00

(土曜日は要相談)

那須塩原市



NOMADMIDWIFE



お産は楽しい

お産は嬉しい

お産は幸せ

愛が重なって

命が繋がる

ケアメニュー

妊婦健診

¥6,000



24週頃から当院での妊婦健診が始まります。
安産に向けての体づくり、分娩経過についての丁寧な説明、ご家族と共に安心してお産を迎えられるようサポートしていきます。自治体の妊婦健康診査受診票が使えます。

分娩入院

¥50万前後

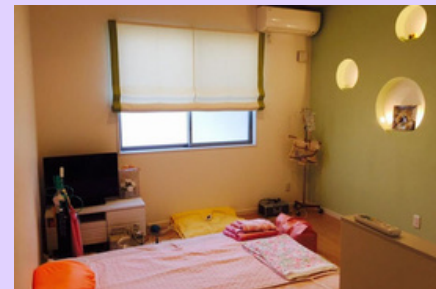
女性の本能が目覚め、気持ちよくリラックスした空間でお産ができるようサポートします。ご家族とともに愛あふれる感動的なお産を体験しませんか。
生まれてからすぐに赤ちゃんと一緒に過ごします。
ご家族も入院することができます。
出産育児一時金直接支払い制度が利用できます。



産後ケア(入院・日帰り)

産後の体をゆっくり休めることができるように、美味しいお食事、よもぎ蒸し、アロマトリートメントなどのリラクゼーションなど、ご希望に沿ってケアします。
一緒に育児の練習もできます。
自治体の補助が受けられます。

利用料金は那須塩原市・那須町のウェブサイト、産後ケア事業をご覧ください。
それ以外にお住まいの方は直接お問い合わせください。



母乳育児相談

¥4,000

うまく母乳を飲んでもらえない、おっぱいが張る、痛い、体重が増えてるか心配、何をしても泣き止まないし自分が泣きたい。。。母乳に関する悩みは多いですが、ママの乳房だけを診るのではなく、ママの気持ちも大切にしながら赤ちゃんの睡眠パターンや成長発達と合わせてみていきます。一緒に最善の方法を考えていきましょう！他院でお産された方も受けることができます。



アロマトリートメント

¥10,000～

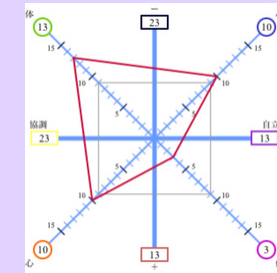


女性の体を知っている助産師だからこそ、安心して施術が受けられます。
妊娠中や産後の体調に合わせたアロマトリートメントでリラックスしませんか？

嗅覚反応分析

¥5,000～

本能を司る嗅覚は嘘をつきません。
今の自分はどんな状態なのか、生活習慣や性格まで嗅覚反応分析でわかってしまいます。8本のアロマをかいで並べるだけ。食事・運動・アロマケアで改善策をお伝えします。



オンラインクラス

1講座 ¥5,000

妊娠・出産・産褥期を5つの時期に区切り、心と体の変化、赤ちゃんの成長、栄養、運動といったテーマで、普段のマタニティクラスではあまり教わらないマニアックな内容も講義していきます。オンラインですのでご自宅に居ても受講できます。当院で出産されない方、パートナーやご家族も一緒に受講できます。

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。

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



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/>



鹿沼市



こうのとり助産院



大田原

お母さんがもつ「産む力」

「育てる力」と、

赤ちゃんがもつ「生まれる力」「育つ力」を引き出します

赤ちゃんとお母さんに優しいお産を提供しています

＜お問い合わせ＞

栃木県大田原市中田原499-13

☎0287-48-7775

Instagram:@kounotori_626



妊娠期

☀️妊婦健診

安産のための体づくりや心構え



分娩入院

☀️家族の立会い出産
(お子様の立会い)

☀️季節の野菜を中心にした薬膳のお食事

☀️セラピストによるアロママッサージ

産褥期

☀️産後ケア入院

日帰り型、宿泊型

産後の心と体の疲れを癒してください

☀️母乳外来

母乳栄養の指導
乳腺炎の手当て
断乳のケア



連携医療機関：那須赤十字病院

助産院ってどんなところ？

こんなこと相談していいのかな？
気になる方はお気軽にご連絡ください ☺



- 正常な妊娠・出産の介助
- 出産入院
- 妊婦健診
- 産後健診
- 赤ちゃん健診
- 産後ケア
- 乳房ケア
- 育児相談
- 各クラス
- トコちゃんベルト取り扱い ... など



静かな場所にある
お産のできる助産院



岩本京子 【アドバンス助産師】

きらり助産院

〒329-2746 栃木県那須塩原市四区町727番地261

TEL 070-3961-6274

MAIL iwamoto@kirarimw.com

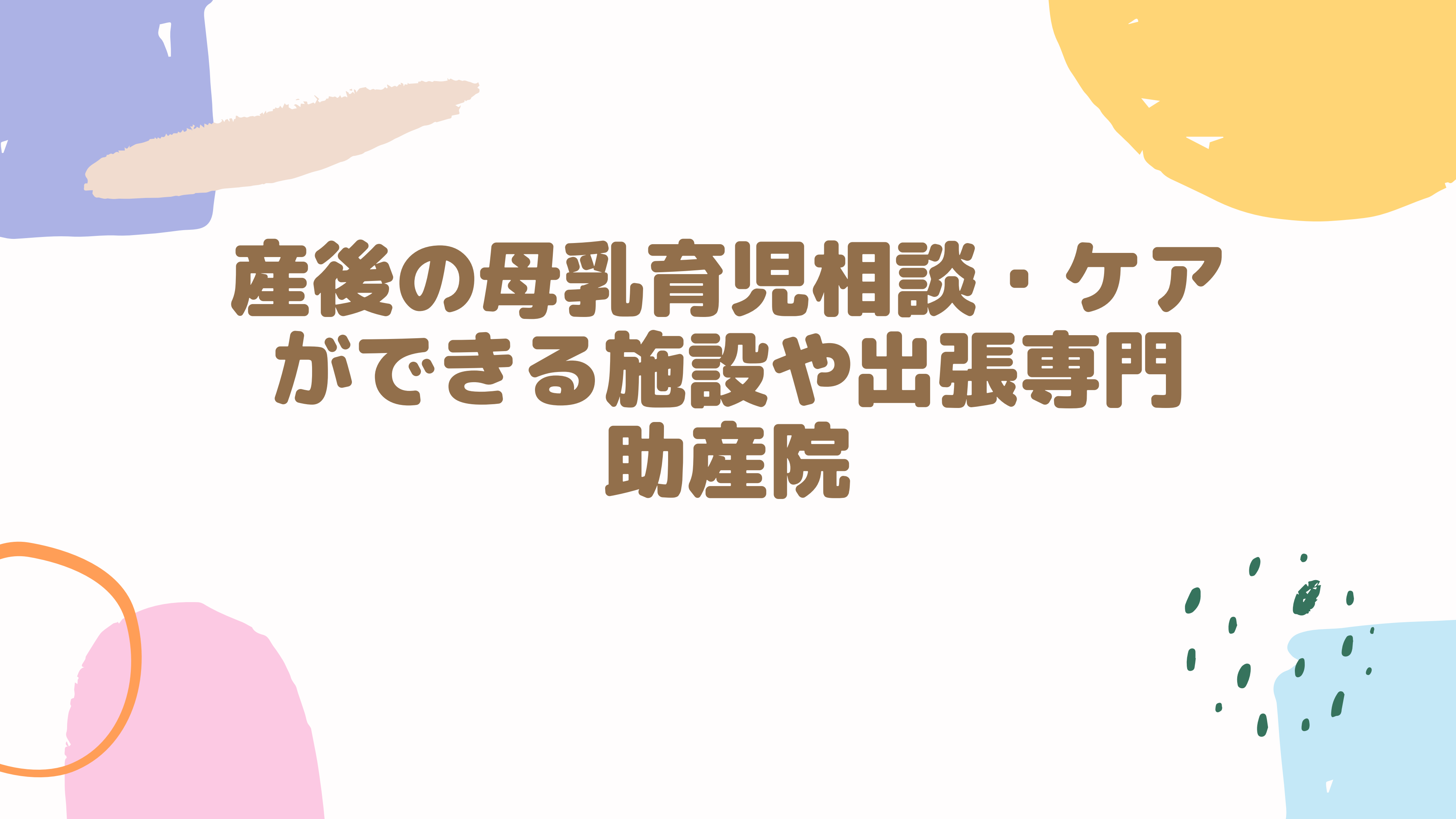
HP <http://kirarimw.com>

Instagram

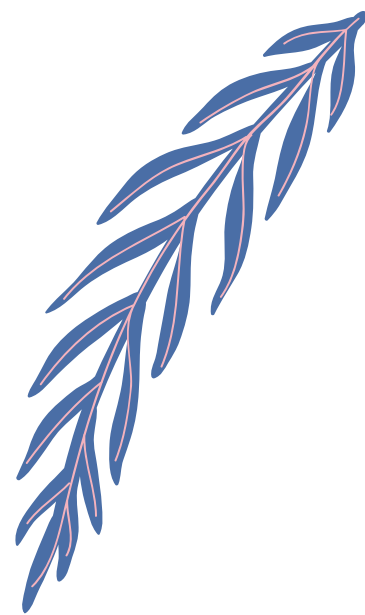
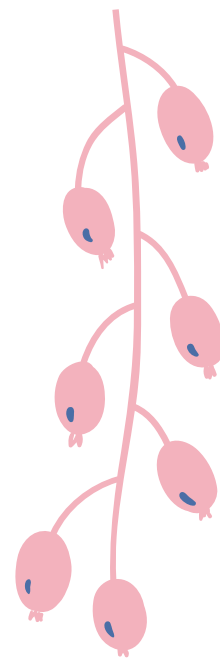
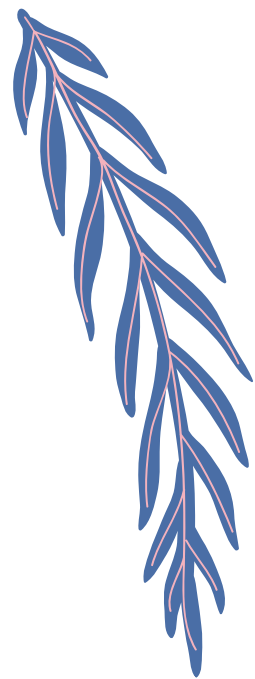
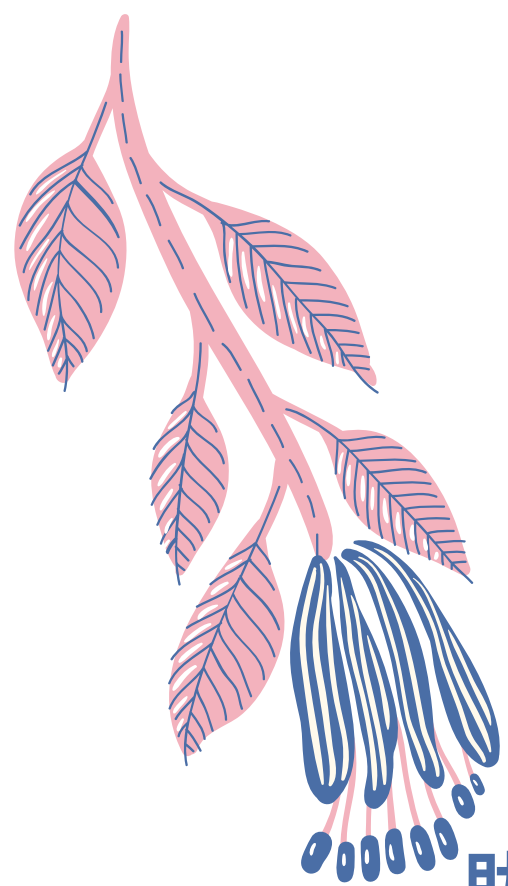


@kirarimw

全ての女性に助産師のケアを ☺



産後の母乳育児相談・ケア ができる施設や出張専門 助産院



助産師・保健師

 @hanajosanin

はな 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～

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？



「おあしす」 栃木県助産師会県北支部 主催の育児サロン

♥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。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、赤ちゃんとのかかわり方がわからないお母さんお父さん、一人で悩まないで出てきてみませんか？

※各回とも、助産師による体重測定、母乳相談、育児相談を実施します。



「ママトークの」ご案内

- ★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)
※お釣りの無いようにご準備ください
 - ★対 象； 生後1歳までの赤ちゃんとお母さんお父さん、その他希望者
(妊娠中のプレママ、プレパパも大歓迎です。)
- 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。
- ★準備するもの 赤ちゃんを寝せるバスタオル。母子手帳。ママやパパの水分補給ができるもの

参加希望の方はできるだけ**前日までに**事前申込みをお願いします。

★お問い合わせ・お申込み

藤川助産師まで Tel:090-3107-7432

メール fujikawa.a.m.room@docomo.ne.jp

※ 工作中で電話に出られないことも多いので、

ご連絡お申し込みは、メール か ショートメールでお願いいたします

パパの参加も大歓迎です。一緒にご参加ください。

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一緒に遊びましょう。赤ちゃんとの遊び方がわからないなんて悩みは解消します。ママやパパも楽しく過ごせます。

リトミックで楽しく遊んだあとは、ママやパパの情報交換の場となります。フリートークの時間もたっぷりあります。

ママ友募集中の方は是非ご参加ください。パパのご参加も大歓迎です。



ベビーママフィットネス

●ベビーママフィットネス

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。ママの産後の骨盤ケアを含めた運動と、赤ちゃんの運動能力をアップさせる赤ちゃん体操をミックスさせて楽しく遊びます。

運動のできる服装でご参加ください。

ママとベビーのからだメンテナンス

●ママとベビーのからだメンテナンス

- お産でゆがんだ骨盤の調整について
 - 赤ちゃんの向き癖予防のポイント
 - 抱きにくい・反り返りが強いなどの悩みについて
- 抱っここの方法や、寝かせ方、運動の方法などのアドバイスをいたします。
- 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たりします。ママはハンドマッサージでゆったり癒されましょう。

(ホホバオイルを使用します。)

★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(座布団にかぶせ座布団の汚れを防ぎます)
- 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事業
(ミッドワイフしもつけ)

ママトーク 開催日程と内容《2023 年度版》

会場 薬師寺コミュニティーセンター和室

4 月	12 日（水）	ママと赤ちゃんの マッサージ	9 月	13 日（水）	ママと赤ちゃんの マッサージ
	19 日（水）	リトミック		20 日（水）	リトミック
5 月	10 日（水）	リトミック	10 月	11 日（水）	ママとベビーの からだメンテナンス
	17 日（水）	ママと赤ちゃんの マッサージ		18 日（水）	リトミック
	24 日（水）	リトミック	11 月	15 日（水）	リトミック
	31 日（水）	ベビーママ フィットネス		29 日（水）	ベビーママ フィットネス
6 月	7 日（水）	ママと赤ちゃんの マッサージ	12 月	6 日（水）	ママと赤ちゃんの マッサージ
	14 日（水）	リトミック		20 日（水）	リトミック
	28 日（水）	ママとベビーの からだメンテナンス	2024 年	1 月	17 日（水）
7 月	5 日（水）	ママと赤ちゃんの マッサージ			
	12 日（水）	ママとベビーの からだメンテナンス			
	19 日（水）	リトミック	2 月	21 日（水）	リトミック
8 月	9 日（水）	リトミック	3 月	13 日（水）	リトミック
	30 日（水）	ベビーママ フィットネス			

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 》

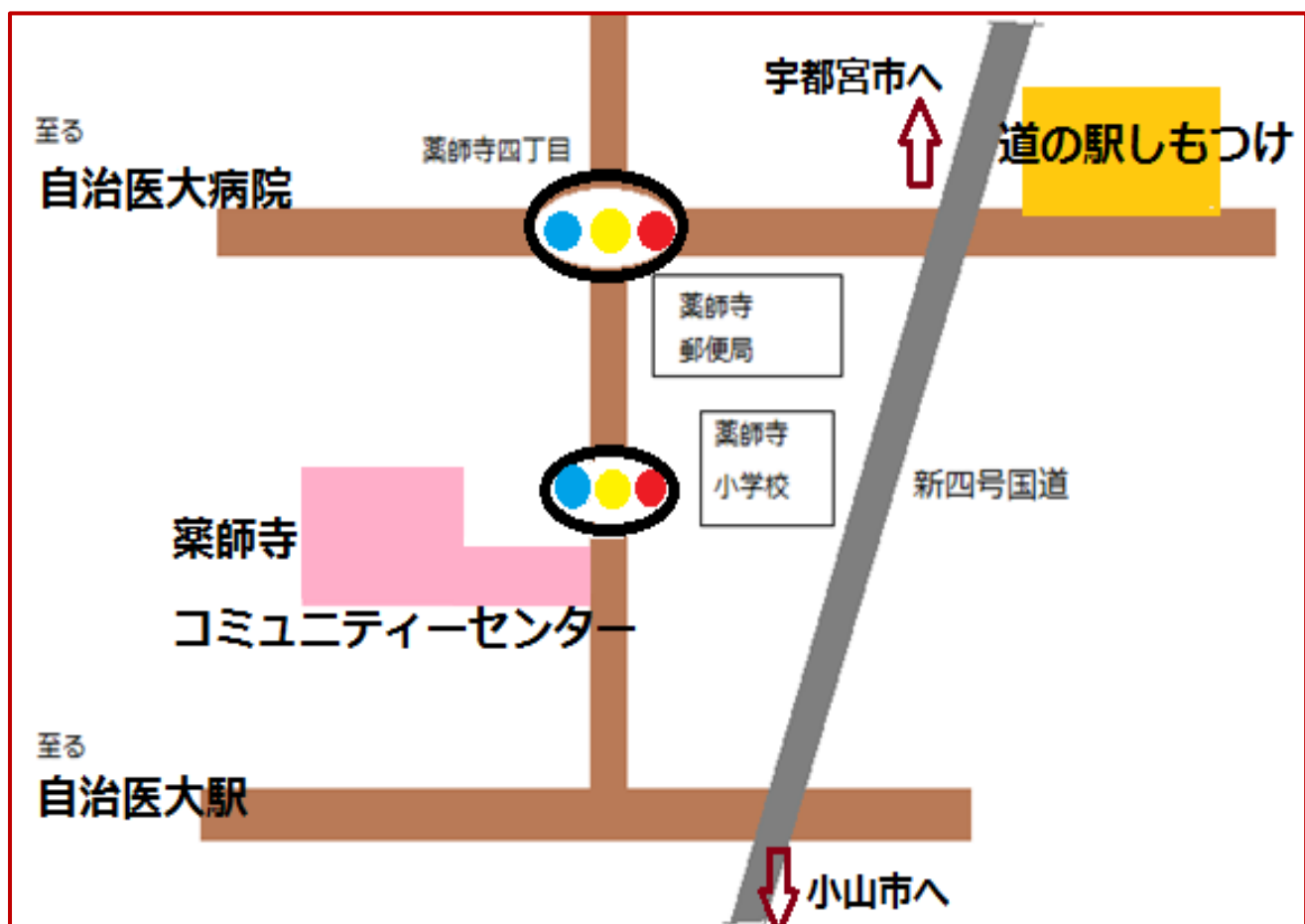
<http://www.jyosanshi-tochigi.com/testtest/index.html>



会場地図



詳細地図





2023年度 栃木県助産師会県北支部育児サークル

おあしす

コロナにより中止・縮小していた育児サークルを通常再開いたします。
妊婦さん・子育て中のママパパ赤ちゃんを地域の助産師が応援します。

- 場所 厚崎公民館(大正堂くろいそみるひーホール隣)
- 日時 毎月第3火曜日 10:00~12:00
9/19 10/17 11/21 1/16 2/20 3/19



(予定変更になる場合がありますので最新情報は栃木県助産師会のウェブサイトでご確認ください)

- ↑)
- 内容 地域のサークルのご紹介、妊娠中の相談、育児相談、
赤ちゃんの体重測定、ベビーマッサージ、おしゃべりなど
- 対象 妊娠中の方、乳幼児とそのご家族、
お友達も誘ってお気軽にご相談ください！
- 参加費 無料
- 事前予約 不要 時間内で自由に出入りができます

お問い合わせ先

電話受付時間 平日 9:00~17:00

きらり助産院
0287-47-7754



こうのとり助産院
0287-48-7775



助産所
ままと赤ちゃんの家
0287-62-9809



たんぽぽ母乳育児
相談室
0287-37-3028



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

「栃木県助産師会」で検索！



性教育

小中高生・大人に向けて
性教育＝生教育

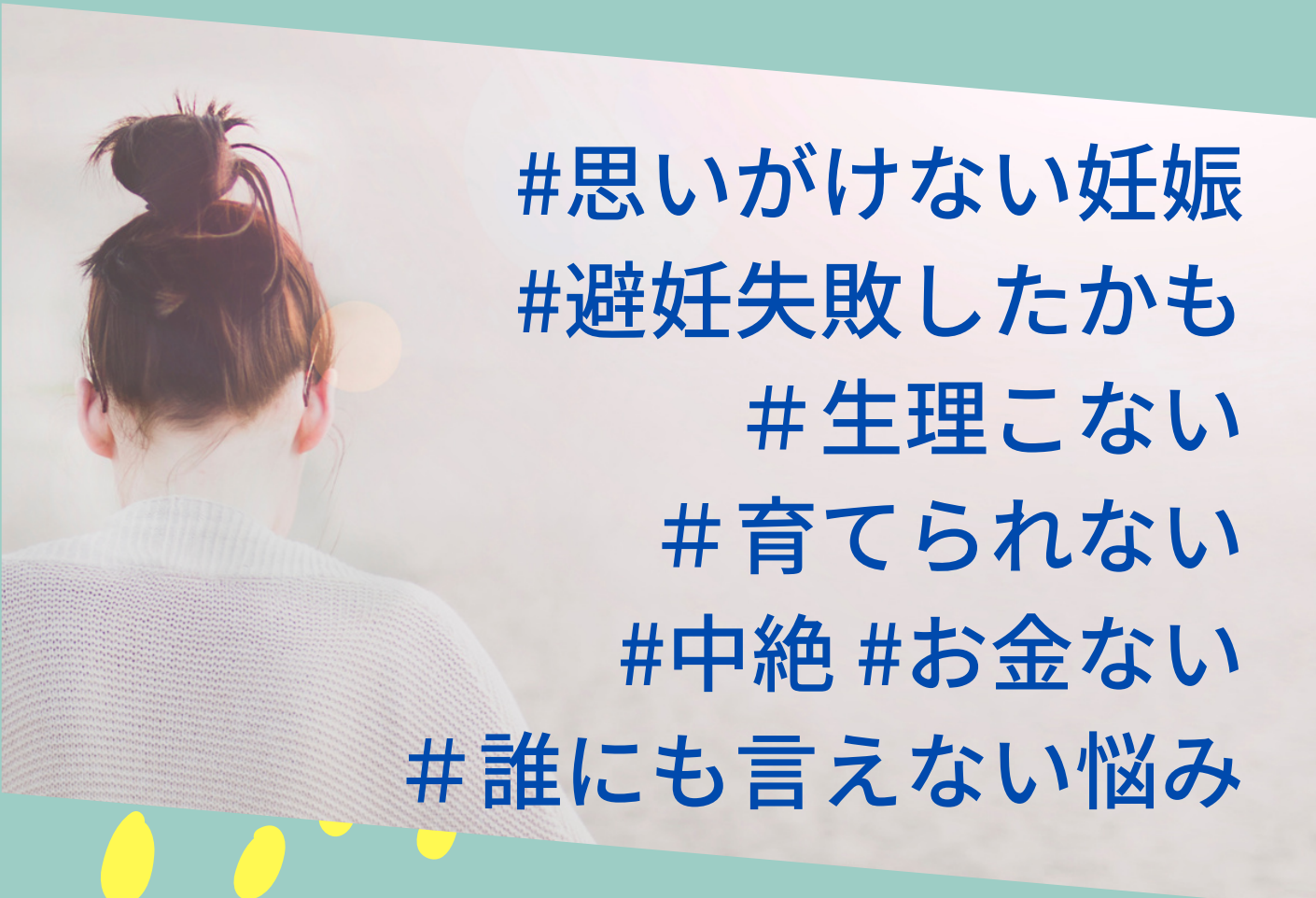
子供達が精一杯生まれてきたことに
自信を持つことをサポート！
保護者に向けても講義します



思いがけない妊娠に関する
相談窓口

にんしんSOSとちぎ

妊娠したかもしれない
どうしよう・・・



#思いがけない妊娠
#避妊失敗したかも
#生理こない
#育てられない
#中絶 #お金ない
#誰にも言えない悩み

ひとりで抱え込まないでくださいね
これからどうしたらよいのか
いっしょに考えていきましょう



栃木県の委託を受け、一般社団法人栃木県助産師会が運営します

相談は無料です
秘密は守ります

メールでの相談(24時間受付)

ninshin-sos-
tochigi.com



←詳しくは
にんしんSOSとちぎ
ウェブサイトへ

電話での相談

050-5526-4662

火曜日10:00~14:00

土曜日14:00~18:00



インスタグラムでは
今週の相談日
妊娠や避妊の豆知識を
更新中！