



『和歌山市の産後ケアについて』

2025年12月23日、クリスマス前に元気な第二子が生まれてくれました。クリスマスが終わるともう年の瀬。

出産までずっと頑張ってくれた妻には年越しぐらいゆっくりさせてあげられないものか…しかし出産というのは分娩中は当然のこと、産後も様々な負担が母親の身体にのしかかって来るもの。

僕自身も夫として出来るだけの協力をするとして元気いっぱい第一子の相手をしながら新生児のお世話をしつつ妻に疲弊した身体を労って貰うというのは至難の業だと思い悩んでいたところ和歌山市の産後ケア事業というものを知りました。

和歌山市の産後ケア事業は「宿泊型」、「通所型」、「訪問型」の3つがあり、一部の病院、産婦人科、助産院などで産後1年以内のママを対象に実施されています。(和歌山市HP参照)

この事業の目的は母乳の管理・トラブルケア、授乳や沐浴、赤ちゃんのお世話相談・支援など様々ですが、一番は出産や育児で疲弊したママの心身の休息という要素が大きく、我が家は宿泊型で7日間、はまだ産婦人科さんにお世話になりました。

産後ケアでの宿泊中、授乳以外は常に助産師さんや看護師さんが赤ちゃんを見てくれるのと授乳の時間も深夜帯はパスして睡眠を優先させるなど利用者の希望を第一に聞いてケアをしてくださりママが安心して母体の療養に専念出来る環境でとても助かりました。

また母乳ケアの面でも手厚くフォローいただいたのも本当にありがたかったです。

宿泊は最大で6泊まで利用可能で3食+おやつ付きで1泊9,000円とそれなりに費用はかかりますが、産後すぐの疲弊した母親の心身を休まされることは「お金で買えない価値がある！」と退院後の妻の笑顔を見て切に思いました。



6連泊で集中して心身を癒すもよし、

月に1泊など育児のご褒美的に活用するもよし、

通所型や訪問型で休憩や相談などの利用をするもよし、

この産後ケア事業はパパママの「育児の第一歩」をより前向きなものにする為の素晴らしい事業だと思いました。

和歌山市にお住まいのパパさん！プレパパさん！

妊娠から出産まで1年近く頑張ってくれたパートナーの為に！そしてこれから共に協力し合い乗り越えていく育児への活力の為に！

是非この産後ケア事業の活用をご家族に提案してみてもいかがでしょうか？

第一子の時も利用しておけば良かったー！！！！

と僕は後悔しています！！！！笑

PN.ちゃんぼん

ぐるんぱのみんなの「つぶやき」を随時掲載します。
お楽しみに！投稿も大歓迎です！