

横浜市

「産後母子ケア事業」を活用しましょう

産後の体調不良や、環境の変化、子育て不安など、乳児を抱えながら、一人で悩んでいるママさんはいませんか？横浜市には、母子（産後4カ月まで）を対象としたケア制度（産後入院など）を設けています。

横浜市では、産後4カ月未満の母子が、体調に合わせて、健康管理や乳房ケア、乳児の発育や発達チェック、体重・排泄の管理、授乳指導、沐浴のケア、乳児の排泄の確認、授乳指導、沐浴のアドバイスなどが受けられる制度があります。

産後の母子ケア

このほか、授乳・沐浴の相談、育児指導など
健康管理、乳房ケアほか
発育・発達チェック、体重や排泄の確認ほか

対象要件
・横浜市に住民登録がある
・家族の産後支援がない など
※複数の要件を満たし、区の家訪問等で利用可否が判断されます。
まずはお住まいの区役所にご相談を。

磯子区の場合
…… 磯子区の場合 ……
康心会汐見台病院で利用が可能
区内で唯一

母子デイケア 9時～17時 (およそ1日)
自己負担額
昼食付 2,000円

母子ショートステイ 1泊2日～ (最大7日)
自己負担額
1泊2日4食付 9時～翌19時 6,000円
*追加日数は1日3,000円プラス

横浜市の産後母子ケア事業について(一部)

- 〔母子の利用要件〕
- ① 横浜市に住民登録がある
 - ② 育児不安などによって、自宅育児に支障がある
 - ③ 家族などから産後支援が受けられない
 - ④ サービス利用時に、母子ともに治療中の疾患がない

このサービスの提供場所は、病院などの医療機関です（注・磯子区は康心会汐見台病院のみ（21年1月現在））。産後母子ケア事業の詳細は、お住まいの区役所にお問い合わせください。

「治療中の疾患」については、通院服薬を受けていても、利用できる場合があります（例・磯子区・康心会汐見台病院）。この事業に関わらず、産後の健康不安や育児の心配事、乳児に関する悩みは、一人で抱えることなく、産（婦人）科がある地元の病院などに相談すると良いでしょう。

最大7日間の産後ケア入院を提供

康心会汐見台病院産婦人科

康心会汐見台病院は、磯子区の「産後母子ケア事業」の指定病院です。産婦人科では、産後のフォローにも力を入れており、ケア入院のタイプを複数用意しています。科長の中田裕信医師のお話を紹介します。

（中田医師）「康心会汐見台病院の産婦人科は、常勤医3名と、助産師20名を含む多くの医療スタッフが、チームを組んで、皆さまの妊娠・出産・育児をサポートしています。赤ちゃんの健康に関しては、当院には小児科もあり、担当医6名による力強いバックアップがあります。お産から新生児の発育まで、安心できる環境を提供しています。」

不安は一人で背負わないで

「しかし、お産・育児はいろいろと不安になるものです。特に初めてご出産されたママさんは、退院して自宅に戻った後、さらに心配事が増えてしまうことも多いのではないのでしょうか。」

他院分娩者もOK

「産後ケア入院」とは、助産師がママさんからお話を伺った上で、授乳・育児・疲労の回復など、お一人おひとりに合ったケアを提供して

不安や、「授乳に自信がもてない」「なかなか心身の疲労が回復しない」「周囲のサポートが得られない」といったママさんには、どうぞお気軽に当院へご相談ください。私たちは、ママさんを応援しています！。

当院では、出産後にそのまま入院を延長する「延長入院」、一度退院された母子が約1日のケア入院をする「デイケア」、数日宿泊してケアを受けていく「ショートステイ」があります。

産後ケア入院は、当院以外でお産された方でも、ご利用が可能です。

一人で育児を頑張る過ぎず、悩みをおもちの方やお疲れのママさんは、どうぞお気軽に当院へご相談ください。

「産後ケア入院」とは、助産師がママさんからお話を伺った上で、授乳・育児・疲労の回復など、お一人おひとりに合ったケアを提供して



康心会汐見台病院 産婦人科 中田 裕信 医師

「産後ケア入院」とは、助産師がママさんからお話を伺った上で、授乳・育児・疲労の回復など、お一人おひとりに合ったケアを提供して



横浜市磯子区汐見台1-6-5 ☎045-761-3581

腰痛の原因は、腰だけではない!?

背骨の神経には、背骨の中を通るものと、そこから枝分かれして、背骨の外を通るものがあります。

経は、わずかな数の細い神経で、しめつけられると腰痛を起すことがあるのです。

「上・中殿皮神経」というものがあります。この神経は、背骨から外に向かう神経の一つに、お尻の皮膚に向かって走る「上・中殿皮神経」というものがあります。この神経は、背骨から外に向かう神経の一つに、お尻の皮膚に向かって走る「上・中殿皮神経」というものがあります。

このようなものを「殿皮神経障害」と呼び、麻酔薬の注射（ブロック注射）とリハビリで治療します。

腰だと思っていたら、違うかも!? 殿皮神経障害の症状

- ☑ 長時間座り続けるのがつらい
- ☑ 腰から脚にかけてしびれがある
- ☑ 上体を斜め前に倒すと、痛みが強くなる
- ☑ 歩行時に脚を力強くふれない
- ☑ 上体を後ろに反らせると、痛みがある
- ☑ あおむけで寝ると痛い

この痛みは、背骨の中を通るものと、そこから枝分かれして、背骨の外を通るものがあります。この神経は、背骨から外に向かう神経の一つに、お尻の皮膚に向かって走る「上・中殿皮神経」というものがあります。この神経は、背骨から外に向かう神経の一つに、お尻の皮膚に向かって走る「上・中殿皮神経」というものがあります。

「これまで解決しなかった腰痛は一度、当院で相談を！」

ふれあい横浜ホスピタル 整形外科 青田洋一 部長

ふれあい横浜ホスピタル（関内駅徒歩3分）の整形外科では、常勤医師が3名在籍しています。部長・青田洋一医師が担当する内容を紹介します。

（青田医師）「はい。脊椎の周辺を走行する「末梢神経（上・中殿皮神経）の絞扼による腰痛」という新しい疾患概念を提唱しております。従来、知られていなかった中殿皮神経にも、絞扼性神経障害があることを発見し、中殿皮神経の絞扼解除手術は、世界に先駆けて施行してきました。」

担当してきた疾患や手術数を4000例以上にわたる手術を行ってきました。先生は、お尻の皮膚に向かって通る神経に関する腰の痛みの治療も行なっています。

長らく腰痛に悩まれ、さまざまな治療を行っても、改善の見込みがなく、痛みを抱え続けている方は、「末梢神経の絞扼による腰痛」の可能性も考えて、是非、当院へご相談ください。お力になれると思います。」

上殿皮神経
中殿皮神経

殿皮神経障害に関する腰痛治療を担当
青田洋一 部長 完全予約制
診療 月PM 火PM 水AM
☎045(681)5101
ふれあい横浜ホスピタル

医学講座 参加無料

日時 2月18日(木) 14:00から

会場 ふれあい横浜ホスピタル 2階 会議室

講師 青田 洋一 医師

ふれあい横浜ホスピタル 整形外科 部長

新しい腰痛の診断と治療

～上殿皮神経と中殿皮神経の絞扼(締めつけ)について～

あまり知られていない腰痛の原因に、「上・中殿皮神経の絞扼」という病態があり、早期であれば完治が可能なものです。この治療を担当している青田医師がわかりやすく説明します。ぜひご参加ください。

事前予約制・定員10名の少人数開催！

三密を避けて開催するために、事前に1F総務課(またはお電話)で必ずご予約ください。 ※定員次第、受付終了

アクセス JR関内駅南口徒歩3分、横浜市営地下鉄伊勢佐木長者町駅徒歩3分

お問合せ ふれあい横浜ホスピタル ☎045-681-5101 (代表) 横浜市中区万代町2-3-3

医学講座 参加無料

日時 2月25日(木) 15:00～16:00

会場 康心会汐見台病院 地下2階 会議室

講師 小林 律子 医師

康心会汐見台病院 産婦人科

お産の不安はこれで解決! ～産前産後に必要なケアとは～

お産(妊娠)関連の病気や、気を付けたい疾病について、産婦人科の小林医師が解説します。また、産前産後ケアについては、助産師から、現場の状況を踏まえながら紹介いたします。

感染症対策を講じて開催いたします！

マスクの着用、体温計測や手指消毒など、ご入場の際にご協力いただきます。

アクセス JR磯子駅、京急屏風浦駅からバスで「汐見台ストア前」バス停下車徒歩2分

お問合せ 康心会汐見台病院 ☎045-761-3581 (代表) 横浜市磯子区汐見台1-6-5