

笑顔あふれる  
優しい病院

# えかお

秋  
2023

令和5年11月1日発行

産科病棟が  
リニューアル!

お部屋

アメニ  
ティ

お食事





Welcome BABY

産科

リニューアル!

当院で出産されたお母さんと赤ちゃんに快適に過ごしてもらいたいという思いから、産科リニューアルプロジェクトが始動しました。

病棟をリフォームしアメニティを充実させ、お祝い膳を豪華にしました!

新しくなった  
産科の魅力を  
どどん!とご紹介!



before



以前と比べて  
きれいになってびっくり!



New!

個室



壁紙にあのキャラが!  
探してみてね!

before



New!

授乳室



ホテルのような壁紙と、ゆっくりと休息がとれるようにふかふかの布団をご用意しました!

ライトは調光ができるので、夜の授乳も安心です。洗面台もかわいくしました!

植物に癒やされる〜!

New!

廊下



プロジェクトリーダー  
産婦人科 科長  
こばら みゆき  
小原 美幸





リニューアル後に /

# 出産された お母さんと 赤ちゃんの「えがお」!



20代女性(2人目のご出産)

泣いたときは  
どうすればいい?

ミルクはどうやって  
作るの?

新しい家族との生活をサポートします!  
何でも相談してください!



かわいいね!



お母さん一人一人に寄り添って、楽しく  
育児ができるように赤ちゃんとの接し方や  
授乳方法をご提案します!



ベテラン助産師の授乳指導や育児相談  
を受けられ、毎日小児科医師の診察がある  
ため、安心してお子さんの成長を見守ること  
ができます!



上手に  
飲めてるね!



20代女性(1人目のご出産)



こんにちは!



20代女性(2人目のご出産)



リニューアルしてきれいになったお部屋と  
充実したアメニティで快適にお過ごしください!



## New! アメニティ



おむつやおしりふき、育児日記、  
お産セット(分娩着、ナプキン、ピュアバー油など)や、  
ニューボーンフォト(額縁付き)がそろっています!  
※着替えや日用物品等の有料サービスもございます。



カフェインレスの  
ハーブティーや  
コーヒーでほっと一息!



ケトル完備で  
部屋の中で  
ミルクが作れます!



市立病院で  
産む魅力!



- 立ち会い出産** 家族と一緒に赤ちゃんを迎え、思い出に残る出産に。
- 院内助産** 主役はあなたです! 出産体験を満足なものにできるよう、助産師が関わります。
- 助産師外来** 初期指導や後期指導で出産にまつわるお悩みを解消します。出産後の乳房管理など、何でもご相談ください。  
予約制  
(場合により当日予約可)
- 産後ケア** 育児に関する不安、育児に疲れて休息を取りたい、授乳がうまくいかないなど、産後4か月までのお母さんと赤ちゃんの生活を支援します。松本市立病院以外で出産された方もご利用でき、お住まいの市町村によって助成が受けられます。詳しくは病院までご相談ください。



# New お祝い膳!

~Every day is a celebration meal~

入院中の楽しみといえば「食事」!  
産後の特別な1週間を彩るため、  
カフェ風のワンプレート、パスタ、  
洋食、和食御膳をご用意しました!



オムライス  
Omelette rice

今までは1人1回でしたが、産後はお昼に  
毎日提供いたします!

主食、主菜、副菜を揃えたバランス食が基本  
ですが、季節のお魚や旬のお野菜を使用し、  
見た目からワクワク感を演出しています!

※提供時とは盛付等が異なる場合がございます。



鶏肉の  
トマトソース

Chicken tomato sauce

レストランへ行った気分を  
味わってもらえたらと思い  
作りました!

手作りのトマトソースは  
野菜がゴロゴロと大きめで、  
食べ応えがあります!



サンドイッチ  
プレート

Sandwich plate

カフェをイメージして  
ワンプレートに仕上げました。  
色々な料理を  
少しずつ食べたい!という  
気持ちに応えました!



3時のおやつ

Sweets

授乳による空腹感も  
これでバッチリ!



bread

お夜食

Midnight snack

配膳は  
夕食と一緒にです

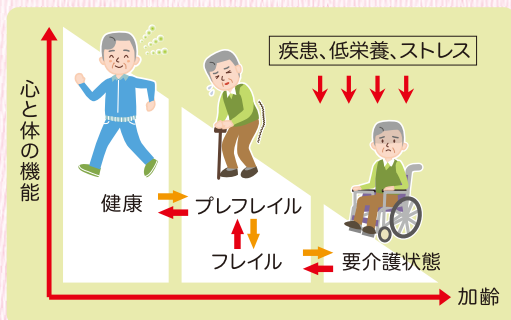


気になる方は

# フレイル外来を受けましょう!

フレイルとは

加齢に伴い心身の機能が弱まり、疾病やストレス等で要介護になりやすくなる状態のことをいいます。



フレイルになると介護や入院のリスクが高まり注意が必要ですが、早くに適切な対策を行えば健康な状態に戻ることが出来ます!

3ヶ月の運動・  
栄養指導などの介入で  
フレイルや  
プレフレイルの方も  
改善しています。



どんな方が受診しているの?

- ☐ 最近疲れやすくなってきた
- ☐ 歩くのが遅くなってきた
- ☐ 気持ちが落ち込みやすくなった
- ☐ ペットボトルの蓋が開けられない
- ☐ 今の自分の身体の状態が知りたい
- ☐ 家族に勧められた

CHECK



あてはまる方は是非受診してください!



受診の流れ



完全予約制です。  
まずはお電話を!  
【予約受付時間】  
13:00-16:00



フレイル外来HPへ



- 診察
- 質問表の記入
- 各種検査
- 身体機能評価



一週間後



- 医師が結果をお伝えします。
- 看護師が生活指導をします。

フォローアップ

患者様一人ひとりに  
合わせて多職種で  
サポートします!

第13回 松本市立病院

## 病院祭

とき:2023年11月18日(土)  
10:00~15:00  
ところ:波田支所(2-3階)

- ステージ企画
- お楽しみ企画
- パネル展示
- 特別講演
- 飲食販売
- 体験コーナー など

フレイルも  
あるよ!

Follow  
me!



Instagram

やってます!

お産の情報や緩和ケアチーム  
のコラム、動画の情報などを投稿  
しています!



お知らせ

アプリ「カタログポケット」で  
「えがお」を配信しています!  
是非ご利用ください!

↓こちらからダウンロードください(無料)



iphone



android

病院の最新の情報は  
ホームページをご覧ください!

<https://www.mt-hsp.jp>



松本市立病院 広報誌

# えがお

2023年11月1日発行

- 発行 松本市立病院  
長野県松本市波田4417番地180 ☎0263-92-3027(代表)
- 編集 産科リニューアルプロジェクトチーム × 広報室
- 制作 株式会社 日本広告



ミックス  
責任ある木材資源を  
使用した紙  
FSC® C006950