

## ✿ Quem pode usufruir ✿

As mães e os bebês de até 4 meses que tem endereço fixo em Oda\*

- ① As mães que estão preocupadas com a recuperação do corpo após o parto
- ② As mães que não sabem como cuidar do bebê e estão preocupadas com a forma de criação
- ③ Para as mães que precisam de um suporte e um momento de descanso pelo cansaço após o parto

※Dependendo da situação, o prazo pode ser aumentado até 1 ano do bebê

※Para as mães e bebês que necessitam de tratamento médico, este serviço não é oferecido



Queria dormir um pouco a tarde

Por que eu estou chorando?  
Estou cansada?

Queria saber como amamentar o bebê facilmente

Não me sinto bem após o parto e com a criação

Não tem ninguém que pode me ajudar

Queria tirar algumas dúvidas

Queria que alguém desse banho no bebê



## ✿ Detalhes ✿

### ----- Cuidados com a mamãe -----

- A mamãe ficará descansando enquanto a funcionária cuida do bebê
- Massagem das mamas
- Explicações sobre a amamentação e o cuidado com as mamas
- Dicas sobre a quantidade de leite
- Consulta sobre as preocupações



### ----- Cuidados com o bebê -----

- Medição de peso
- Banho e corte de unha etc
- Brincadeiras, modo de pegar no colo e atendimento complete caso o bebê não pare de chorar

## ✿ Horário • Valor • Local ✿

Ambos os serviços de Visita e Diária podem ser utilizados até 6 vezes no máximo.

※Os serviços são gratuitos para famílias isentas de impostos ou se recebem auxílios

### ----- Visita -----

Local: Residência da família

Datas: Dias úteis das 09:00 – 17:00

※Em torno de 3 horas cada visita

Valor: 2000 ienes cada

O que providenciar: Caderneta do bebê e toalha

Outros: Garantir uma vaga de carro no estacionamento ou perto da residência



### ----- Diária -----

Local: Centro de Saúde Nima

Datas

06 Abril, segunda 22 Abril, quarta	11 Maio, segunda 22 Maio, sexta	08 Junho, segunda 23 Junho, terça
07 Julho, terça 20 Julho, segunda	04 Agosto, terça 25 Agosto, terça	09 Setembro, quarta 23 Setembro, quarta
05 Outubro, segunda 30 Outubro, sexta	09 Novembro, segunda 24 Novembro, terça	09 Dezembro, quarta 22 Dezembro, terça
05 Janeiro, terça 26 Janeiro, terça	10 Fevereiro, quarta 24 Fevereiro, quarta	10 Março, quarta 23 Março, terça

Horário: 10:00 – 15:00

Valor: 1000 ienes cada vez

Outros: Podemos atender 2 mães e 2 bebês por vez

O que levar:

Caderneta do bebê, Cartão do Seguro Nacional de Saúde, Itens de banho, Toalhas (toalha de banho e rosto, fralda de pano), Roupinha de troca, Fraldas, Leite, Saco de lixo (As fraldas e o resíduo da comida devem ser levados e descartados em casa)

※Venda de marmitas por 540 ienes no local ou traga a sua própria marmita



## Exemplo

### ① Visita

- 13 : 00 Após a chegada da funcionária, conversaremos sobre as dúvidas / problemas
- 13 : 30 Suporte para a amamentação e massagem das mamas
- 14 : 00 Descanso da mamãe enquanto a funcionária dá banho e cuida do bebê
- 15 : 40 Momento bate-papo
- 16 : 00 Finalização da visita



Fiquei mais tranquila depois de conversar

### ② Diária

- 10 : 00 Após a chegada ao Centro de Saúde Nima, conversamos sobre as dúvidas / problemas
- 11 : 00 Suporte para a amamentação e massagem das mamas
- 12 : 00 Almoço
- 12 : 30 Descanso da mamãe enquanto a funcionária dá banho e cuida do bebê
- 14 : 00 Suporte para a amamentação
- 14 : 30 Momento bate-papo
- 15 : 00 Finalização da Diária

※O atendimento será definido se será Visita ou Diária após conversar com a mamãe



Consegui descansar e renovar as energias!



## Reserva • Contato

### Passo-a-passo

- ① A enfermeira pública e a parteira vão até a casa conversar e tirar dúvidas
- ② Será entregue o formulário de solicitação de reserva de data e hora de um dos serviços (tenha o carimbo-inkan em mãos)
- ③ Será feita a avaliação do caso pelo setor de Promoção de Bem-estar da Prefeitura
- ④ Após a aprovação, poderá utilizar os serviços

### Acesso



\* Centro de Saúde Nima

540-1 Nima, Nima-cho, Oda-shi 〒699-2301

### Contato

Promoção de Bem-estar  
Prefeitura de Oda

TEL : 0854-83-8151  
0854-83-8152

# Oda Cuidados pós-parto



**Não está cansada fisicamente e mentalmente após o parto?  
Nós auxiliamos nas preocupações da mamãe e do bebê.**

**Não quer descansar um pouco?**