



令和6年度から産後ケア事業を拡大しました



～新規サービス▶ 宿泊型・通所型～

出産後はお母さんの心身がとても不安定になりやすい時期です。授乳や子育てのことで、悩んだり困ったりしていることはありませんか？ 医療機関や助産所などへ宿泊や通所し、心と身体のケアができるサービスをご紹介します。

■問い合わせ 親子健やか室 446-6491

市の産後ケアが拡大しました！

訪問型

助産師などが自宅へ訪問し、産後の心身のケアや授乳・育児相談などのサポートを行います。



New! 宿泊型 通所型

医療機関や助産所などへ宿泊や通所し、産婦およびその家族の生活に合わせた育児方法を支援します。

産後ケアで利用できるサービス

- お母さんの育児への不安や悩みの相談、助言、指導

例



こんなお悩みはありませんか？

「母乳やミルクが足りているか心配」「赤ちゃんのお世話の仕方が分からない」「イライラしたり、涙が出たり…育児が辛い」「寝不足でゆっくり休みたい」「家族と一緒に育児の練習がしたい」

- 食事の提供、休息や睡眠時間の確保(宿泊型・通所型のみ)
- 身体の不調やトラブル、健康管理に関する専門的な助言
- 授乳の相談・練習、乳房ケアなど



その他、子育て情報の提供や家族のケア(相談、育児に関わる指導など)にも対応しています

●利用できる方

出産後1年未満の産婦で、産後ケアを希望する市内在住者

※母子ともに医療が必要な方は利用できません

●利用方法

- ①「産後ケア事業利用申請書」を親子健やか室(福祉保健センター1階)窓口、メール、郵送またはFAX(446-6284)のいずれかで提出してください。

※妊娠8カ月から申請可

- ②保健師が電話などで希望のケアなどを聞き取ります。

- ③申請後2週間程度で「利用承認通知書」を郵送します。

- ④利用希望施設に電話をして、日時の予約をしてください。

※対象施設については市ホームページをご覧ください。利用時は、「**利用承認通知書**」と**母子健康手帳**を必ず持って行ってください



▲申請書はこちら

●利用者負担額

ケアの種類	宿泊型	通所型(日帰り)	訪問型
利用料金	7,500円/日 (15,000円/1泊2日)	4,000円/回	2,500円/回
食事	朝・昼・夜 (初日・最終日は2食)	昼	なし
利用上限	組み合わせで7回まで利用可(宿泊型は、1泊2日で2回分) ※5回分は1回当たり2,500円分の減免制度があります		

※住民税非課税世帯、生活保護世帯は費用無料

●産後ケア(通所型)の1日の例

10:00	チェックイン～助産師の聞き取り ・「利用承認通知書」と母子健康手帳を提示してください ・お母さんと赤ちゃんの体調や様子、相談内容、サービスの希望を伺います
10:30	赤ちゃんの体重測定 健康状態をチェックします
11:00	乳房の状態の確認・授乳の練習 お母さんの乳房の状態と赤ちゃんの様子を見ながら、母乳の飲ませ方のアドバイスやサポートを行います
12:30	昼食 産後の栄養を考慮した食事を提供します
14:00	休息・睡眠 お母さんはゆっくりお休みいただけます
15:00	育児や生活面の相談 赤ちゃんのあやし方や抱っこ仕方など、具体的なアドバイスをを行います。家族との関わり方や生活スケジュールの立て方など、話を伺いながら、よりよい方法を提案します
16:00	チェックアウト～利用料金の支払い 「利用承認通知書」と母子健康手帳に利用の記録をしてもらいます

※利用サービスは施設ごとに異なります。サービスの内容によって、別途料金が発生する場合があります