

出産後の  
悩みを  
サポート

助産師が 出産(退院)直後からお母さんをサポートします

# 産後ケア



ゆっくり育児を  
教えてもらえる  
機会があれば...

家族が忙しくて  
日中、赤ちゃんと  
二人きりで不安...

出産後、体調が優れない  
育児に自信がもてない...

## 利用できる方



恵那市民で出産後のママと赤ちゃんで、家族などから十分な支援が受けられない方で、下記のいずれにも該当する方

- ママの体調不良、または育児不安がある
  - ママに特に支援が必要と認められる場合
- ※保健師との事前相談が必要です

## 利用方法



恵那市公式キャラクター  
「エーナ」

詳しくはお問い合わせ  
合わせください

子育て世代包括支援センター  
(恵那市役所子育て支援課内)  
電話 26-2111  
(内線 272)

## ケア内容

	宿泊型	デイケア型(日帰り型)	アウトリーチ型(訪問型)
内容	利用施設(恵那病院)に宿泊	利用施設(恵那病院)に通所	自宅に訪問
	(1)授乳や沐浴のアドバイス、育児相談 (2)産後のママの心と体のケア、生活面の指導 (3)おっぱいケア		
対象	出産4か月未満の母子		1歳未満の乳児とその母
利用日数	最大7日まで		
利用料金	一般世帯1日につき 3,000円 市民税非課税世帯 0円 生活保護世帯 0円 第3子以降世帯 0円	一般世帯1日につき 1,500円 市民税非課税世帯 0円 生活保護世帯 0円 第3子以降世帯 0円	一般世帯1日につき 500円 市民税非課税世帯 0円 生活保護世帯 0円 第3子以降世帯 0円
その他	キャンセルされる場合は、必ず、利用日前日の17時までにご連絡ください。 (連絡先) 宿泊型・デイケア型……市立恵那病院(電話 0573-26-2121) アウトリーチ型……子育て支援課(電話 0573-22-9137)		