

産後ケアのご案内



退院したけど、
身体が元に戻らず育児
できるか不安

授乳方法・沐浴など
育児をもう少し知りたい

夫は夜勤、実家にも里帰
りできない。育児に自信が
持てそうにない・・・

出産後、育児や体調に不安や悩みをもつお母さんに産後ケアを実施しています。
安心して子育てができるよう、お母さんと赤ちゃんの心身のケアや育児サポートが受けられます。

利用対象者

- ・中津川市に住所を有する産後 1 年未満のお母さんと赤ちゃんで、産後ケアを必要としている方
- ・医療行為が必要な場合や、お母さんと赤ちゃんのいずれかが感染性疾患の疑いがある場合は利用できません。

《ケア内容》

	宿泊型	デイケア(日帰り)型	アウトリーチ(訪問)型
利用対象者	産後 4 か月未満のお母さんと赤ちゃん (上のお子さんは利用できません)		産後 1 年未満の お母さんと赤ちゃん
内 容	利用施設に宿泊	利用施設に通所	お宅に助産師が訪問
	・心身のケア ・授乳の相談やおっぱいケア ・抱き方、沐浴など育児相談		
利用施設	中津川市民病院	中津川市民病院 林メディカルクリニック	利用者宅 ★ <u>県内里帰り先での利用可能</u>
利用制限	あわせて最大7回まで ※宿泊型は1泊1回		

《利用料金》

	宿泊型	デイケア(日帰り)型	アウトリーチ(訪問)型
一般世帯	1 回につき 3,000 円	1 回につき 1,500 円	1 回につき 900 円
市民税非課税世帯	0 円	0 円	0 円
生活保護世帯	0 円	0 円	0 円

利用方法

- ① 市の保健師に事前相談
 - ・希望される方は下記問い合わせ先までご相談ください。
- ② 市の保健師から、産後ケアの利用方法について説明
 - ・利用施設によって利用できるサービス内容が異なります。
- ③ 申請書の提出
- ④ 利用施設及び日程の調整
 - ・宿泊型・デイケア（日帰り）型は、市の保健師が利用施設と調整します。
 - ・アウトリーチ（訪問）型は、お宅に訪問する助産師と利用希望者で相談して日程を決めていただきます。
- ⑤ 利用決定
 - ・市から「承認通知書」を通知します。
- ⑥ 産後ケアの利用
 - ・宿泊型・デイケア（日帰り）型をご利用の際は、お母さんと赤ちゃんの生活に必要なもの（哺乳瓶・ミルク・オムツ・おしりふき・着替え等）をご持参ください。
 - ・利用料の支払い

【問い合わせ先】

中津川市健康福祉会館 健康課 TEL：0573-66-1111（内線 626・566）

坂下健康福祉会館 あおぞら 保健師 TEL：0573-70-1016

付知総合事務所 保健師 TEL：0573-82-2111

福岡総合事務所 保健師 TEL：0573-72-2116

※市では他に、妊産婦・乳幼児相談、新生児・乳児訪問（無料）もおこなっています。
お気軽にお問い合わせください。