



産後ケア、 リニューアルしました

産後ケアとは、出産後の母さんの心と体をケアし、子育てをサポートする事業です。自宅や助産院などで「産婦さんの体調」「おっぱいのケア（マッサージ）や乳房トラブル」「授乳の仕方や沐浴の仕方」「赤ちゃんの発育や発達」「子育て全般」の相談ができ、支援を受けることができます。

本市では令和3年度に産後ケア事業を開始し、4年目となりました。これまでに、のべ289人が利用し、利用者は年々増加しています。これまでも満足度の高い産後ケアを、より利用しやすいサービスとするために大リニューアルしました。

従来は、利用を希望する人は子育て支援課へ事前に申請する必要がありました。が、本年6月から事前の申請が不要になりました。

利用者の声を紹介します

- 産後のきつい時に大変助かりました。
- 自宅に来て離乳食や椅子の高さなどを見てもらえるので、日頃の育児に活かせると思いました。
- 利用前はどんな内容かわかりませんでしたが、実際、有意義でまた利用したいと思いました。
- 授乳の方法を何パターンも親切に教えてもらい、今後頑張れそうな気持ちになりました。
- 体も心もゆっくりできてリフレッシュできました。次回も利用したいです。
- 家に1人いることが多いので、色んな話をして悩みもすっきり、心が軽くなりました。



出産は命がけのライフイベント

富士山への登山やフルマラソンに例えられるくらい大変で命がけの出産後、体調も体力も回復する間なく、24時間の育児が始まります。「授乳がうまくいかない」「おっぱいトラブル」「赤



子育て支援課 保健師

また、助産師が自宅に来てケアを受ける訪問型と、助産院などへ行ってケアを受ける通所型だけでなく、助産院や病院に宿泊してケアを受ける宿泊型（短期入所形）を新たに開始し、利用できる回数も3回から7回に増やしました。さらに、県外などの里帰り先の施設で産後ケアを受けた場合の費用の助成も始めました。

赤ちゃんがなぜ泣いているかわからない」「上の子の赤ちゃん返り」。出産後のお母さんは心も体もヘトヘトです。そんな時に寄り添ってくれる助産師のケアは、きつとお母さんの支えになると思います。迷ったら、まず一度利用してみてください。

7月の相談	日時	問い合わせ	
すこやか相談 (健康栄養相談)	12日(金) 9:30~12:00	元気づくり課 ☎(928) 2000	要予約
高齢者のためのすこやか相談 (健康・口腔・栄養)	12日(金) 9:00~11:30	高齢者支援課 ☎(929) 3210	

産後ケアをもっと利用しやすく

問い合わせ 子育て支援課課 母子保健係 ☎(555)6781
ページID:17627

短期入所型(ショートステイ)を開始しました

- 利用できる人** 本市に住民票がある生後1歳未満の乳児と母親
※いずれかに医療行為が必要な場合は利用できません。
- 産後ケアの種類** 短期入所型・通所型・居宅訪問型
- 利用できる回数** 1回の出産につき合計7回まで
※短期入所型は1泊2日で2回分の利用となります。
- 県外での利用は** 本市が指定する施設以外で産後ケアを受けた場合も、申請により上限の範囲内で助成が受けられます。※条件によって対象外となる場合があります。事前に問い合わせてください。

