

# 助産師があなたをサポートします

市では、出産後の母親の心身のケアや育児支援を行い、安心して子育てができる環境を実現するために「産後ケア事業」を開始しました。



支えてくれる人がいます

## 産後ケア事業とは

出産後の育児に不安があり、周りからの支援を受けにくい人を対象に、助産師が自宅を訪問して支援を行います。

「出産後、育児を手伝ってくれる人がいない」「身近に相談する人がいない」「授乳や沐浴もくよくに自信が持てない」などの悩みについて、助産師からアドバイスを受けることができます。

### 主な支援内容

- 母親の健康状態の確認、心身のケア
- 授乳方法の指導、乳房ケア
- 沐浴・抱き方などの育児方法の実技指導
- 育児相談や子どもの月齢に沿った育児情報の提供

### 対象となる人は

- 市内在住の4カ月未満の子を持つ母親で、次の全てに当てはまる人が対象です。
- 育児を手伝ってくれる家族など

がない

- 出産後に体調不良になったり、育児不安があったりする
- 感染症などにかかっておらず、入院・治療の必要がない

### 費用はどのくらいかかるの

利用者の負担額は世帯の課税状況により異なります。また、子ども一人につき7回まで利用することができます。

- 利用者の負担額(1回当たり)
- 生活保護世帯…無料
  - 市民税非課税世帯…600円
  - そのほかの世帯…1、200円
- 申し込みは子育て世代包括支援センターに**

利用を希望する場合は、希望日の14日前までに、子育て世代包括支援センター(左記)にある申込書を直接または郵送で同センターへ提出してください。後日、保健師が状況を把握するため、事前に家庭を訪問します。来館が難しい場合などは相談してください。

※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

## 母親のための総合相談窓口

### 子育て世代包括支援センター

市では、妊娠期から出産・子育て期までの総合相談窓口となる子育て世代包括支援センターを保健福祉館内に開設しています。センターでは、母子健康手帳の交付や子育てプランの提案、保健師などの専門職による妊娠・出産相談などを行っています。

困ったときは一人で悩まず、いつでも気軽に相談してください。保健師・助産師・栄養士・歯科衛生士が、皆さんの子育てをサポートします。

**所在地** = 赤坂1-3-1 (保健福祉館内)

**日時** = 月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時15分

**電話番号** = 27-1111 (健康増進課内)

**FAX** = 27-1114