

# 志摩市 産後ケア事業の ご案内



出産後、自宅に帰っても手伝ってくれる人がなくて不安、赤ちゃんのお世話の仕方や生活リズムがわからない、お産の疲れから体調がよくない・・・など  
出産後、育児等の支援が必要な方に産後ケア事業を実施しています。

## ○利用できる方

志摩市に住所を有する生後1歳までの乳児とその母親であって、心身の不調や育児不安があるなど、産後ケア事業を必要とする産婦。(医療の必要な方は利用できません)

## ○産後ケアの内容

### 種類と利用料金

： 宿泊型	2,000円/日
： 通所型（8時間程度）	1,000円/回
： 訪問型（2～3時間）	無料



※それぞれ、非課税世帯は半額、生活保護世帯は無料になります。

多胎の場合は料金が異なります。

料金は、ご利用後に直接医療機関・助産所にお支払いいただきます。

### 内 容

： からだのサポート・・・	体調管理、乳房のケア等
： こころのサポート・・・	育児相談、心の休養等
： 育児のサポート・・・	沐浴方法、授乳指導等



利用期間：合わせて7日間まで（1回の出産につき）

お問い合わせ・お申込みは、下記までお願いします。実施医療機関・助産所については、お問合せください。

申請には、申請書の記入・母子健康手帳の提示・市の税情報の確認が必要です。



産後ケアでは、たくさんの質問にもていねいに答えてもらえ、安心して過ごせるようになりました

産後ケアを利用された方の声

## ○お問い合わせ・申し込み

志摩市健康推進課 母子保健係  
（サンライフあご3階）

TEL 0599-44-1100

FAX 0599-44-1102