

# 山武市産後ケアのご案内

産まれたばかりの赤ちゃんとの生活リズム作りをお手伝いします

お母さんが休息したり、育児の悩みを相談したりすることによって、ゆったりとした気持ちで赤ちゃんの育児に取り組めるようにお手伝いします（有料）

医療機関等におけるショートステイ（宿泊）やデイケア、助産師による産後ケア訪問で授乳指導・育児相談等が受けられます

## 利用できる方

- 山武市に住民票のある**出産後1年未満**のお母さんと赤ちゃん  
※入院治療が必要な状態・感染症状のある場合は利用できません。

## ケアの内容

サポートが必要なお母さんと赤ちゃんの生活を、助産師がご希望を伺いながらお手伝いします。

- 授乳のお手伝い、乳房のケア
- 沐浴（もくよく）の練習、育児相談、赤ちゃんのお世話の仕方をアドバイス
- お母さんの心身の健康状態のチェック
- 赤ちゃんの健康状態、体重、栄養等のチェック

## 利用の流れ

1. **出産予定日の2か月前頃から**随時ご相談ください。産後の申し込みも可能です。
2. 利用申請書など必要書類を市に提出していただきます。
3. 市の実施要綱に基づき、市が事前審査を行い、利用承認通知をします。
4. 出産後、利用予定の施設と利用日の調整を一緒に行います。  
※ショートステイ（宿泊）は、満床の場合お待ちいただくことがあります。
5. 利用時に、利用者負担金を実施施設に直接現金でお支払いください。



## 申込み・問い合わせ先

山武市子育て世代包括支援センター はぴねす  
（山武市成東保健福祉センター内）

Tel : 0475-80-1381（平日 8:30~17:00）

産後ケアの種類と 利用者負担金	ショートステイ	デイケア		産後ケア訪問
		1日利用	1回利用	
最大利用日数 (時間)	6泊7日以内	7日以内		7日以内
実施施設		10～16時	9～12時・13～16時 1回2時間まで	10～12時・13～17時 1回2時間まで
東千葉メディカルセンター(担当:産婦人科) (東金市丘山台3-6-2) TEL 0475-50-1199	【対象】 出産後2か月未満 1日当たり3,000円	【対象】 出産後4か月未満 1日当たり2,000円		
増田産婦人科(担当:助産師) (匝瑳市八日市場イ2837) TEL 0479-73-1100	【対象】 出産後2か月未満 1日当たり3,205円	【対象】 出産後2か月未満 1日当たり1,900円		
さんむ医療センター(担当:地域医療連携室) TEL 0475-82-2521	【対象】 出産後1か月未満 1日当たり2,200円			
ひまわり助産院(匝瑳市野手17146-937) TEL 0479-67-3132 助産師 的射場 久子・的射場 亜希子		【対象】 出産後4か月未満 1日当たり1,600円	【対象】 出産後1年未満 1回当たり1,000円	【対象】 出産後1年未満 1回当たり1,200円
季美の森助産院 桶谷式 季美の森母乳育児相談室 (大網白里市季美の森南2-43-15) TEL 090-7802-2093 助産師 稲葉 和子				
しらくら助産院(横芝光町鳥喰下1453-6) TEL 090-2446-3720 助産師 白倉 美智子				

産後ケア全体で5回分の助成制度があります。詳しくはおたずねください。

- ※ ショートステイ・デイケア(1日利用)は、ご家族・上のお子さんを連れての利用はできません。
- ※ ショートステイは、食事1日3食提供されます。(初日と最終日の食事回数は実施施設によって異なります)
- ※ デイケア(1日利用)は、昼食が提供されます。
- ※ 市民税非課税世帯・生活保護世帯の利用者負担金は全額免除されます。