

産後ケア事業 ～安心して楽しく育児ができるように～

出産後や子育てで悩んでいませんか？

母乳を飲んでくれない、
体重が増えているか心配。

沐浴や抱っこの仕方って
これでいいのかな。

日中一人で育児、何かあったら
どうしよう。相談相手がいない。

初めての育児だけど、
上手にできるかな。

一人で何もかもしなくちゃ！
でも、しんどいな…。

寝不足、イライラしちゃう。
ちょっと休みたいな。



そんなときは、ぜひ産後ケア事業をご活用ください！

◆産後ケアって何？

産後ケアは、出産後のお母さんが少しでも安心して楽しく子育てができるように、心身のケアと育児の支援を目的に、産後の生活を支援する事業です。助産師による自宅への訪問（訪問型）と、施設における宿泊（宿泊型）および通所（通所型）により、一人一人の悩みに応じて一緒に改善策を考えて支援していきます。

◆どんな人が利用できるの？

- * 南国市に住民票がある、市内在住の産後1年未満のお母さんと赤ちゃん
- * 家族の十分な支援が受けられない
- * お母さんの体調不良や育児不安がある
- * 母子ともに利用時点で感染症にかかっていない方

訪問型

◆ケア内容

※一般社団法人高知県助産師会の助産師が訪問します。
お母さんのみの利用もできます。

- ・乳房ケア、授乳方法についての助言・支援
- ・お母さんの産後の体調についての相談
- ・育児についての助言・支援（沐浴や赤ちゃんのお世話の仕方など）

◆利用できる回数・時間

- ・原則４回、１回２時間程度
- ・訪問時間は月～金（祝日・年末年始を除く）

※９時～１７時の間で調整させていただきます（１７時の訪問は不可）

◆利用料金

１回 ５００円

（市民税非課税世帯、生活保護世帯の方は無料となります）

通所型

◆ケア内容

- ・乳房ケア、授乳方法についての助言・支援
- ・お母さんの産後の体調についての相談
- ・希望に応じて、休息やお母さん同士の交流
- ・お母さんへの昼食の提供

◆利用できる回数・時間

７回まで、１０時～１６時まで

◆実施施設

○はぐあす（高知市朝倉甲３０３番地１０）

連絡先 ０８８－８５５－５７４０

○浅井産婦人科・内科（高知市一宮東町１丁目７－７）

連絡先：０８８－８４６－３１３１

◆利用料金

別紙参照



宿泊型

◆ケア内容

- ・お母さんの産後の健康管理
- ・適切な授乳ができるためのケア・支援
- ・育児についての助言・支援（沐浴や赤ちゃんのお世話の仕方など）
- ・お母さんの休息、食事等の提供

※利用施設は24時間体制で助産師が常駐しています

◆利用料金

別紙参照

◆利用期間

6泊7日まで ※分割利用もできます

◆実施施設

○JA高知病院（南国市明見字中野526-1）

連絡先：088-863-2181

○アニタ助産院（高知市長浜3番地）

連絡先：088-841-3000

○はぐあす（高知市朝倉甲303番地10）

連絡先：088-855-5740

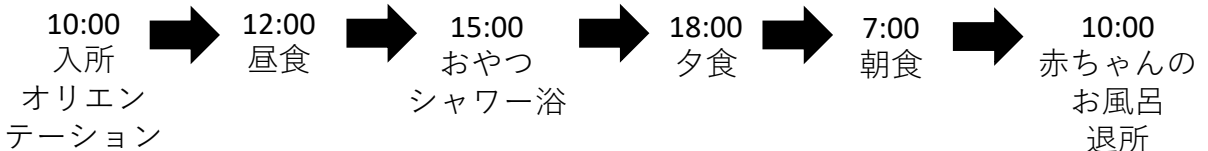
○浅井産婦人科・内科（高知市一宮東町1丁目7-7）

連絡先：088-846-3131



◆一日の流れ

※以下の大まかな流れのなかで、ケアを提供します



◆利用の際の持ち物

※詳しくは、施設へお問い合わせください

母子健康手帳、利用承認通知書（申請後、送付します）

その他（下着、洗面用具、化粧品類、帰宅時のベビー服、生理用品など）

～利用手続きの流れ～

◆南国市保健福祉センターの窓口に申請手続き

☆妊娠8か月以降から申請手続きができます。利用までに数日必要になりますので、早めに申請をお勧めします。

☆手続きには認め印鑑が必要です。

☆ご利用料金について

- ・市民税非課税世帯の方で課税状況の確認が南国市でできない場合には、別途書類の提出が必要になる場合があります。
- ・生活保護世帯の方は、生活保護受給証明書の提出が必要となります。

◆南国市保健福祉センターより利用承認通知書の送付

☆利用承認通知書に同封している「産後ケア事業（訪問型・通所型・宿泊型）～利用の流れ～」に添って、手続きをお願いします。

◆産後ケアの利用（訪問型又は通所型又は宿泊型）

☆利用料金は、訪問型の場合は納付書を送付しますので金融機関へ、通所型と宿泊型の場合は利用時に直接施設へお支払いください。

☆キャンセルについては各利用先へ必ずご連絡ください。場合によって、キャンセル料が発生することがあります。

相談したら
気分もすっきり！

心に余裕が
持てるようになった

困っていたことが
解決できて良かった

産後ケアのこと、もっと早く
知っておけばよかった



【産後ケアの申請、問い合わせ窓口】

南国市保健福祉センター

〒783-0004

南国市大桶甲320番地

TEL (088)-863-7373

FAX (088)-863-7908

【月～金（祝日・年末年始を除く）8：30～17：15】

