

利用できる方

大田市に住民票がある、
概ね生後4か月までの赤ちゃんとお母さん*

- ① お母さんが産後の体調の回復に不安がある方
- ② 赤ちゃんのお世話の仕方が分からない、など育児の心配がある方
- ③ 産後の経過に応じた休養やサポートを必要とされる方など

※状況により1歳未満まで延長
※お母さん・赤ちゃんともに医療行為が必要な場合は利用できません。



日中、寝たいな…

楽になる授乳の方法を知りたいな

なんで泣いてるの？
しんどいな…

出産と育児で体調が
すぐれないな…

日中、手伝ってくれる人が
少ないな…

赤ちゃんのお世話の事
聞きたいな

沐浴して欲しい



産後ケアの内容

お母さんへのケア

- お母さんの休息（スタッフが子守りをします）
- 乳房マッサージ
- 授乳方法やおっぱいのケア
- ミルク量の調整の相談
- 悩みごとの相談



赤ちゃんへのケア

- 赤ちゃんの体重測定
- 沐浴、爪切りなどのお世話
- 抱き方、泣き止まないときの対応、
赤ちゃんとのふれあい遊びなど

利用時間・利用料金・場所

1人のお母さんが、訪問型とデイサービス型を
合わせて6回まで利用できます。

※市民税非課税・生活保護世帯は無料

訪問型

場所：利用者のお宅

利用日：平日 9:00～17:00

※1回3時間程度

利用料：1回 2000円

準備するもの：母子健康手帳、タオル類

その他：自宅周辺の駐車場所を確保してください。



デイサービス型

場所：仁摩保健センター

利用日

4月13日(水) 27日(水)	5月11日(水) 25日(水)	6月8日(水) 22日(水)
7月13日(水) 27日(水)	8月10日(水) 24日(水)	9月14日(水) 28日(水)
10月12日(水) 26日(水)	11月16日(水) 30日(水)	12月7日(水) 21日(水)
1月11日(水) 25日(水)	2月8日(水) 22日(水)	3月8日(水) 22日(水)

利用時間：10:00～15:00

利用料：1回 1000円

その他：1～2組利用可能

持ち物：

母子健康手帳、健康保険証、洗面用具、
タオル類（バスタオル・フェイスタオル・ガーゼ）
赤ちゃんの着替え、おむつ類、ミルク（必要な方）
ごみ袋（使用済おむつ、弁当ガラはお持ち帰りください。）

※昼食は当日540円でお弁当を注文できます。
持参いただいてもかまいません。



🌸 過ごし方の例 🌸

①訪問型

- 13:00 自宅に助産師到着後、産後ケア開始
聞き取り、相談
- 13:30 授乳・乳房マッサージ
- 14:00 母/休息 子/沐浴、お世話
- 15:40 お話し
- 16:00 産後ケア終了

話を聞いてもらえて
安心しました！



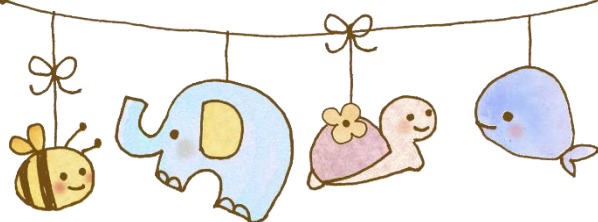
②デイサービス型

- 10:00 保健センター到着後、産後ケア開始
聞き取り、相談
- 11:00 授乳・乳房マッサージ
- 12:00 昼食
- 12:30 母/休息 子/沐浴、お世話
- 14:00 授乳
- 14:30 お話し
- 15:00 産後ケア終了

ゆっくり過ごせて
リフレッシュ
できました♪



※どちらも、お母さんと相談のうえで決められます。



🌸 お申込方法・お問合せ 🌸

..... ご利用までの流れ

- ① 保健師・助産師が家庭訪問を行い、お困りのことについてお伺いします。
- ② 利用申請を提出します。
(必要書類：産後ケア事業利用申請書、印鑑)
- ③ 健康増進課で利用についての審査を行います。
- ④ 承認後、ケアを行います。

..... アクセス



*仁摩保健センター

〒699-2301 大田市仁摩町仁万 540-1

..... お問合せ

大田市役所 健康増進課

TEL：0854-83-8151
0854-83-8152

大田市 産後ケア



出産という大仕事、こころとからだの
疲れはありませんか？
産後のお母さんと赤ちゃんの心配事を
サポートします。
こころとからだをゆっくり休めて
みませんか？