

# 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いなくて不安、赤ちゃんのお世話の仕方や生活リズムが分からない、お産と育児の疲れから体調が良くない…など、出産後育児等の支援が必要な方を対象に産後ケア事業を実施しています。



## 利用できる方

十和田市に住所があり  
生後1歳になるまでの赤ちゃんとお母さん



## サポート内容

お母さんの健康状態の相談、乳房の手当、休養  
お子さんの授乳・沐浴などの育児指導、育児相談 など



## 産後ケアの種類



|      | 訪問型                                          | デイサービス型                                                                 | 宿泊型                                                           |
|------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| 対象   | 産後1年未満                                       |                                                                         | 産後4か月未満                                                       |
| 委託先  | おひさま助産院<br>(十和田市)<br><br>こっ子まんま助産院<br>(十和田市) | 母子ケアハウスさくら助産院<br>(三沢市大町二丁目2-27)<br><br><R7.5月から開始予定><br>こっ子まんま助産院(十和田市) | 八戸市立市民病院<br>(八戸市田向三丁目1-1)                                     |
| 方法   | 自宅に助産師が訪問                                    | 助産所に通所                                                                  | 施設に宿泊(毎週木曜日のみ)                                                |
| 時間   | 1～3時間程度                                      | 6時間程度                                                                   | 1泊2日(当日10時～翌日10時)                                             |
| 回数   | 10回まで                                        | 7回まで                                                                    | 7回まで                                                          |
|      | 組み合わせて通算10回まで利用できます                          |                                                                         |                                                               |
| 料金/回 | 500円                                         | 1,000円                                                                  | 2,000円＋食事代(3食1,490円)                                          |
| 持ち物  | 利用承認決定通知書<br>母子健康手帳                          | 利用承認決定通知書<br>母子健康手帳<br>赤ちゃんに必要なもの(詳細については市ホームページをご覧ください)                | 利用承認決定通知書<br>母子健康手帳<br>お母さん・赤ちゃんに必要なもの(詳細については市ホームページをご覧ください) |

※市民税非課税世帯、生活保護世帯の方は、証明書を提出することで利用料が免除されます。

※施設の空き状況により、ご希望に添えない場合がありますので、ご了承ください。



## 申請から利用までの流れ

市ホームページはこちらから



### ①申請

利用を希望される場合は「産後ケア事業利用申請書」を記入し、こども家庭センターに提出します。  
▶申請書は市ホームページからダウンロードできます。妊娠32週から申請可能です。

### ②サービス利用

各サービスの持ち物欄をご確認の上、ご利用ください。  
利用後は、利用料を実施施設に直接お支払いください。



## 問合せ・申込先

十和田市こども家庭センター ☎51-6797

※土日祝日、年末年始を除く8:30～17:15