



# 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と、次の事項に該当する方。

母乳をあげたいが、うまく赤ちゃんが飲めないので授乳の様子をみてほしい…

乳腺炎のような症状がある

母乳が出ているか不安なので、  
詳しく相談したい など

初めての出産なので、赤ちゃんのお世話のことを色々聞いてみたい

うまくいかないことが多く、  
自信がなく落ち込んできた… など

## ▶支援内容

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



産後の体調について聞きたい

夜間の授乳で寝不足なのに、  
赤ちゃんが泣くので、日中休めず  
疲れがとれない…

ゆっくり休みたい! など

## 産後ケアの種類

	方法	時間	回数	利用料
訪問型	お宅に助産師が訪問	1~3時間程度	7回まで	500円
デイサービス型	助産院に通所	6時間程度	5回まで	1,000円

▶訪問型・デイサービス型は組み合わせることができ、通算7回まで利用できます。

▶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。

## 申請から利用の流れ

- ①申請 「産後ケア事業利用申請書」に記入して、こども家庭センターに提出ください。  
▶申請書の様式は、ホームページでもダウンロードできます  
▶妊娠32週から事前申請できます
- ②利用決定 利用決定後、「産後ケア事業利用承認決定通知書」が送付されます。
- ③サービス利用 市の担当が利用者の希望日を伺い、日程の調整を行います。  
利用料は利用当日に委託先の助産院に直接支払います。



## 委託先

訪問型	おひさま助産院	十和田市
	こっ子まんま助産院	十和田市
デイサービス型	母子ケアハウス さくら助産院	三沢市大町2丁目2-27



## 問合せ・申込み先

十和田市こども家庭センター 親子支援係

☎ 51 - 6797



