



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で、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、自信がなくて落ち込んできた… 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	2000円

★訪問型・デイサービス型は組み合わせることができますが、通算7回まで



申請から利用の流れ

- ①申請 「十和田市産後ケア事業利用申請書」に記入して親子支援センターに提出
▶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、担当から十和田市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 委託先と直接利用日程について相談。利用後は利用料を支払います。



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



問い合わせ・申請先

十和田市子育て世代親子支援センター

☎51-6797

