



～産後のお母さんを応援します～

# 始めました “通所型の産後ケア”

■問い合わせ 子ども未来課 ☎ 23-3222

「出産後に手伝ってくれる人がいない」、「授乳や赤ちゃんのお世話がうまくできるか心配」など、産後の育児や体調に、不安や困りごとはありませんか？

安来市母子健康包括支援センター「ぴっこりーに」では、育児などに不安があり、サポートが必要なお母さんと赤ちゃんを対象に、助産師が心身のケアや育児サポート等を行う産後ケア事業を実施しています。

## 種類

### 通所型産後ケア

産科医療機関（下記）を日帰りで利用できます（1回につき、概ね6～7時間程度）。

#### 実施医療機関

- ・家族・絆の吉岡医院（安来町）
- ・鎌沢マタニティークリニック（米子市熊党）
- ・中曽産科婦人科医院（米子市西福原）
- ・ミオ・ファティリティ・クリニック（米子市車尾南）

### 訪問型産後ケア

助産師（NPO法人総合ケアセンターのぎ）がご自宅へ訪問します（概ね2時間まで）。

## 料金

1回の利用につき

- 通所型産後ケア 2,000円
- 訪問型産後ケア 1,000円

市民税非課税世帯、生活保護世帯は無料です。

## ケア内容

助産師等が下記のサポートをします。

- からだのサポート** お母さんと赤ちゃんの体調管理や授乳相談など
- こころのサポート** 育児相談など
- 育児のサポート** 沐浴方法や授乳方法のアドバイスなど

## 利用可能日数

通所型、訪問型それぞれ5日以内、合計7日以内。

## 利用できる人

市内在住で、体調や育児に不安がある産後4か月までの赤ちゃんとそのお母さん。

ご利用の際は、安来市母子健康包括支援センター「ぴっこりーに」（子ども未来課 ☎ 23-3222）へ事前相談が必要です。



赤ちゃんの体重測定をしてもらうことができ良かった



助産師さんに育児不安について聞いてもらえて安心した



授乳について相談できてよかった

