

産後のお母さん、  
応援します！！

## 高山市産後ケア事業のご案内



出産後、心身の不調や育児に不安のあるお母さんが、安心して子育てができるよう、医療機関での宿泊・日帰りサービスや、助産師の家庭訪問によるお母さんの心身のケアや育児サポートが受けられます。

### 利用できる方

市内に住所を有する産後1年未満のお母さんで、産後ケア利用を必要とする方

### サービスの内容

- お母さんのこころとからだのサポート(お母さんの休養、産後の体調管理、乳房ケアなど)
- 育児のサポート(授乳や赤ちゃんの抱き方などの育児相談)
- 食事の提供(宿泊型・通所型に限る)

実施機関 ※3	アルプスベル クリニック	高山赤十字病院	岐阜県 助産師会	利用料金 (自己負担額) ※1	利用できる 回数 ※2
対象	産後4か月未満の 母子	産後2か月未満の 母子	産後1年未満の 母子		
宿泊型	9:00～翌日 10:00 (3食付)	13:00～翌日 16:00 (3食付)	—	2,700円 (1泊)	6泊
通所型	9:00～18:00 (1食付)	10:00～16:00 (1食付)	—	1,620円 (1日)	5日
訪問型	—	—	1回2時間程度	900円 (1回)	10回

※1 生活保護世帯は無料

※2 特に必要と認められる場合のみ、利用延長が可能です。担当保健師にご相談ください。

※3 里帰り中などで高山市外で産後ケアを利用したい方はご相談ください。

### 申請方法

利用を希望される方はまずはお電話ください。

地区担当保健師が現在のご様子、産婦さんのご希望などをお伺いし支援プランを作成します。

### 【お問い合わせ先】

高山市子ども家庭センター

〒506-8555 高山市花岡町2丁目18番地

電話 0577-57-8001 平日 (8:30～17:15)

