

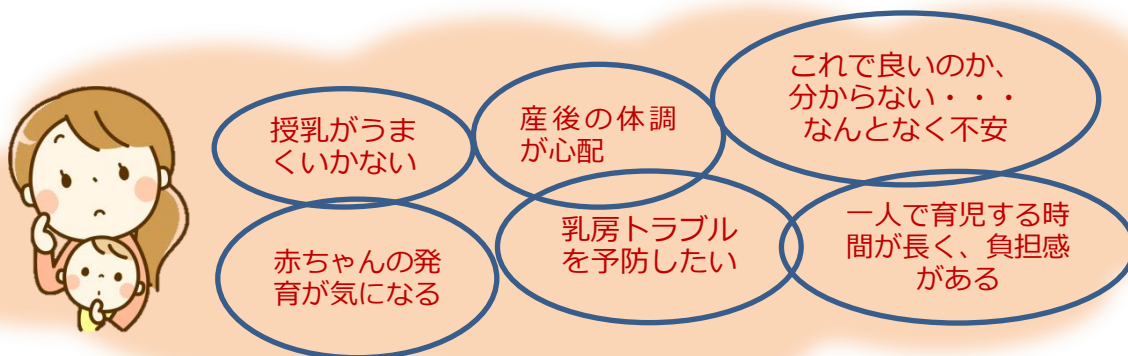
令和2年度



# 千歳市産後ケア事業のご案内

出産後、助産院やご自宅で、助産師のケアを受けられる制度です。  
自宅での生活が始まると、慣れない育児で戸惑うことも多く、産後の体調もくずしやすいものです。

次のような心配や困りごとのある方は、産後ケアのご利用をお勧めます。



## <利用できる方・・・千歳市に住所がある産後4か月未満の方と赤ちゃん>

次のいずれかにあてはまる方で、産婦さんだけの利用もできます。

- ① 産後の体調や育児に不安がある。
- ② 家族等から十分な援助が受けられない。

※医療が必要な方、感染症のある方は、利用できない場合があります。



<ケアの提供者> 市と委託契約をしている開業助産師。「委託先助産院一覧」をご参照ください。

## <実施方法など・・・1日1回、1回の出産につき通算7回まで利用できます>

▷デイサービス型（個別型）◁ 助産院に通所する日帰りケア。送迎・託児はありません。

・時間帯…4時間以内、次の3つから選べます。

①9:00～13:00 ②10:00～14:00 ③11:00～15:00

・持ち物……母子健康手帳、おむつ数枚、粉ミルク・哺乳ビン（必要な方）

・ケアルームは、産婦さんと赤ちゃん専用です。ご家族の滞在は、ご遠慮ください。

▷訪問型◁ 助産師がご自宅に訪問して行うケア。家事代行・託児はありません。

・9:00～17:00の中で、2時間以内。

## <ケアの内容>

共通	産後のからだと心のケア・相談、乳房の手当て（マッサージを含む） 授乳支援、赤ちゃんの健康相談（体重測定、発育・発達のチェックなど） 育児の相談・技術支援（お世話のし方・泣きの対応など）
デイサービス型	昼食の提供・お母さんのお昼寝（休息中の赤ちゃんのお世話は行います）
訪問型	沐浴（スキンケア付き）…ベビー用品はご自宅のものを使用します。

<利用者負担金（利用料の1割相当）> 担当の助産師へ、直接お支払いください。

デイサービス型	1回につき 1,400円+昼食費（事業所別の料金となります）
訪問型	1回につき、1,080円+交通費 320円(事業所共通)

※市民税非課税世帯・生活保護世帯の方は、負担金の減免があります。申請時にお申し出ください。

<利用までの流れ=登録制> 妊娠 32 週（9 か月）から、利用登録ができます。

産後スムーズにケアを開始するために、産前の登録をおすすめします。

申請	利用を希望される方は、「千歳市産後ケア事業利用登録申請書」を記載し、保健センターに、持参または郵送してください。 ※急ぎの利用、またはケアの使い方等で相談をご希望の方は、先に電話でご連絡ください。 「申請書」は、【ちとせ版ネウボラファイル】で全ての妊産婦さんに配布しています。 お手もとにない方は、下記の担当までご連絡ください。
----	---

面談	市の職員が、書類内容の確認と産後の状況などのお話を伺います。
----	--------------------------------

登録承認の通知	利用期間・実施方法（委託先は未定）・負担金額の予定を通知します。
---------	----------------------------------

利用証の発行	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 出産してから、『ケアをいつ頃から開始したいか』を、電話で連絡してください。</li> <li>● 担当の委託先が決まり、「利用決定通知書兼利用証」（以下「利用証」）を郵送します。</li> </ul>
ケアの予約	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 「利用証」が届く頃、担当助産師から電話が入り、ケア日を予約します。</li> <li>※登録しても、利用開始の連絡がなければ、「利用証」の発行はありません。</li> </ul>

★「利用証」は、1回の利用ごと、担当助産師に提示をするので、大切に保管をお願いします。

【申請・問い合わせ先】千歳市総合保健センター 千歳市保健福祉部 母子保健課 母子支援係  
 〒066-8686 千歳市東雲町 2 丁目 34 電話 24-0133 (直通)  
 メール:boshihoken@city.chitose.lg.jp FAX 0123-24-8418

委託先助産院一覧

産後ケア以外のサービス（母乳相談・講座など）や、営業時間などの詳細は、各助産院に直接お問い合わせください。

事業所名	実施方法	所在地・電話	定休日
ラ・ナチュレ 母乳相談室	● デイサービス型	千歳市末広 7 丁目 7-1 Iケイト 7-202 ☎27-5157	日、祝日
母乳育児相談室 クランマ	● デイサービス型	恵庭市戸磯 432-72 ☎25-5000	水、日、祝日
助産院はぐくみ	● 訪問型 ● デイサービス型	千歳市勇舞 5 丁目 4-7 ☎080-3232-1624 メール hugkumichitose@gmail.com	土、日、祝日
マ+助産院	● 訪問型	☎070-3861-9538 メール hidamarimama2014@gmail.com	土、日、祝日