



産後ケア事業のご案内

産後ケアとは

産後の悩みや子育ての不安について、少しでも安心して子育てができるよう、お母さんの心身のケアや育児サポート等の支援を行っています。お母さんと赤ちゃんへのケアや相談はもちろんですが、出産や育児で疲れた体を休めたい方も利用できます。



ご希望を伺いながら、助産師、保健師、栄養士がサポートさせていただきます。

☆利用できる方

概ね産後1年までのお母さんと赤ちゃん、その家族です。

※医療行為が必要な方を除きます。

☆ケアの内容

- ▶お母さんの休養、産後の体調のこと
- ▶沐浴とスキンケア、沐浴指導
- ▶赤ちゃんのお世話の相談
- ▶授乳や乳房トラブルへのケア
- ▶離乳食の相談
- ▶赤ちゃんの体重測定（保健師、看護師、栄養士対応）

☆利用方法

【訪問産後ケア】

産後1年まで
1～2時間/回
場所：ご自宅

ご自宅でケア・
相談ができます

【デイサービス産後ケア】

産後5か月未満
最大2時間まで/回
場所：子育て支援センター
または元気の泉

ケア・相談・沐浴が
できます

【ゆったり産後ケア】

産後5か月未満
最大5時間まで/回
場所：子育て支援センター

お母さんがベッドで
ゆったりと休息できます

要予約。利用時間は要相談

※事前に申し込みが必要。

※費用は無料。通算7回まで（ただし、ゆったり産後ケア、デイサービスは4回まで）。

■ごきょうだいと一緒に利用はできません。一時預かりをご希望の方は、子育て支援施設または市内各保育所等で行われている一時預かり（有料）をご利用ください。

デイサービスとゆったり産後ケアの利用（例）



【デイサービス産後ケアの場合】

10:00 利用開始

授乳、乳房ケア
沐浴、スキンケア
体重と哺乳量の相談

12:00 帰宅



【ゆったり産後ケア利用の場合】

10:00 利用開始
(1日のケアを相談します)

赤ちゃんは、助産師、保育士がお預かりして授乳、沐浴、おむつ交換等ケアをさせていただきます。

お母さんはゆったりとベッドで休息いただけます。

11:30 昼食

15:00 帰宅

※利用の時間やサービス内容については、ご希望を伺いながらサービス提供させていただきます。

【昼食について】

お弁当の注文、持参も可能です。
—ご相談ください—



お問い合わせ先

久慈市こども家庭センター 出産育児支援係

TEL : 0194-66-8288