



産後ケア事業のご案内

出産後、自宅に戻っても手伝ってくれる人がいなくて不安、お産と育児の疲れから体調がよくない、赤ちゃんのお世話の仕方がわからない、授乳や乳房ケアの相談をしたい、などお母さん・ご家族のご希望を伺いサポートさせていただきます。



❁ 誰が受けられますか

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、産後の体調について、助産師による授乳・乳房ケア、沐浴・沐浴指導、赤ちゃんの体重測定、赤ちゃんのお世話のこと、離乳食等

❁ 利用方法は3種類あります

【訪問産後ケア】

概ね産後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】

概ね産後5か月まで
最大2時間まで/回
場所：子育て支援センター
元気の泉

ケア・相談・沐浴が
できます

【ゆったり産後ケア】

概ね産後5か月まで
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。

※費用は無料で、原則4回まで(ただし、市が必要と判断した場合は除く)。

■ごきょうだいと一緒にの利用はできません。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】

9:30 利用開始

お母さんの休息
授乳指導
赤ちゃんの沐浴
体重測定



11:30 帰宅

【ゆったり産後ケア利用の場合】

11:00 利用開始
(1日のケアを相談します)

❁お母さん
ゆったりとベッドで休息いただけます

❁赤ちゃん
助産師が、授乳、沐浴、おむつ交換
等ケアをさせていただきます

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

久慈市子育て世代世代包括支援センター 出産育児支援係

TEL: 0194-66-8288