

産後ケア利用の てびき

産後ケアについて、知りたい！使いたい！



秦野市こども家庭支援課親子健康担当

令和7年4月

産後ケアの利用について

秦野市では、市民の方が安心して、楽しく育児ができるように、妊娠中から子育て期において、切れ目のない支援を行っています。

その一環として、産後のママに対して心身のケアを行う産後ケアを、令和3年7月から市が指定する助産院等で、さらに令和5年度からは、市が指定する産科医療機関でも、受けられるようになりました。

産後のお母さんが、体調を整え、リフレッシュをして、安心して育児ができるよう、ぜひ産後ケアをご利用ください。

【訪問型と日帰り型について】

利用できる方

- ・ 秦野市に住民票がある、おおむね産後1年までのママと赤ちゃん（直営の場合は、産後1か月健診から、4か月児健診の間）
- ・ 子育てに不安や心配がある方
- ・ 身近に相談する人がいない方
- ・ 赤ちゃんが入院中の場合は、ママだけでもご利用できます。（注意）
- ・ ママと赤ちゃんに感染症状がある、医療行為が必要な時は受けられません。
- ・ 赤ちゃんのみのお預かりはできません。
- ・ 第2子以降出産後の方でも、利用は可能です。ただし、デイサービス型では上の子の保育はありませんので、ご利用の際にご相談ください。

産後ケアの内容と利用時間

＜助産院＞

各メニュー組み合わせで、利用上限はママ1人につき7回になります。各施設の助産師と相談しながら、ママの体調に合わせてケアを受けることができます。原則、1歳になるまでの赤ちゃんを対象としています。

- ・ ママの身体の健康管理や産後の生活アドバイス
- ・ 授乳相談や乳房ケア
- ・ 赤ちゃんの体重測定、発育状況の確認（体重測定、沐浴指導等）
- ・ ママの休養、リフレッシュ
- ・ 育児相談等

メニュー	内容	利用時間
日帰り型	利用者が助産院に通所します。	4～5 時間 (昼食またはおやつ付)
訪問型	助産師が、利用者のご自宅に訪問します。	2 時間

〈保健福祉センター〉

保健福祉センターの中でも、概ね産後4～5 か月までのママと赤ちゃんを対象に、はぐるーむのスタッフが、デイサービス型を実施しています。

新生児訪問等で、ご案内することがあります。

- ・赤ちゃんとのふれあい（ベビーマッサージ、手遊び）
- ・ママ同士の交流
- ・赤ちゃんの体重測定、発育状況の確認
- ・ママと赤ちゃんの健康管理や産後の生活面のアドバイス
- ・育児相談、授乳相談 等（乳房ケアは実施しません。）
- ・利用時間：3 時間(変更する場合があります。)

1 回あたりの利用料

メニュー	利用料（ママと赤ちゃん）	双子などの加算
助産院日帰り型	2,000 円	+300 円
訪問型	1,800 円	なし
保健福祉センター日帰り型	100 円 (昼食代として 600 円 又は おやつ代として 100 円 かかることがあります。)	なし

※生活保護世帯、市町村民税が非課税世帯の方は、利用料の減免があります。

※利用料は、施設または訪問助産師に直接お支払いください。

※利用の中止、変更は、利用前日の 13 時までに、施設にご連絡ください。

これ以降に連絡がなく、中止した場合には利用料が発生する場合があります。ご了承ください。(保健福祉センター日帰り型のキャンセルについては、この限りではありません。)

詳しくは担当までお問い合わせください。

持ち物・準備するもの

〈助産院・日帰り型〉

- ・母子健康手帳
- ・赤ちゃんのおむつ、おしりふき、使用済みおむつを入れるビニール袋
- ・粉ミルク・哺乳びん（必要な人のみ）
- ・フェイスタオル
- ・赤ちゃんの着替え（外出の際にいつも準備しているもの）
- ・ママの着替え（ゆっくり休める衣類）
- ・利用料

〈助産院・訪問型〉

- ・母子健康手帳
- ・その他 助産師から指定されたもの
- ・利用料

〈保健福祉センター・日帰り型〉

- ・母子健康手帳
- ・バスタオル（掛物、敷物）ガーゼのハンカチ
- ・粉ミルク、哺乳びん（必要な人のみ）※お湯は準備しています。
- ・赤ちゃんの着替え（いつも外出の際に準備しているもの）
- ・おむつ、おしりふき、使用済みおむつを入れるビニール袋
- ・ストレッチなどを行いますので、動きやすい服装でいらしてください。
- ・利用料

産後ケア利用の流れ（訪問型・日帰り型）

1. 事前相談

まずは、利用を希望される方は、電話または面談で相談しましょう。母子保健コーディネーターが、ケアの内容の説明、出産・育児状況や希望メニューの確認など丁寧に対応します。

母子保健コーディネーターは、妊娠・出産・育児に関する相談をお受けしたり、サービスを紹介したり、サービス利用の調整をする人です。

2. 利用申し込み

所定の用紙で、お申し込みください。（市ホームページからダウンロードもできます。）

新生児訪問の際や電話等でも、申し込みができます。

3.利用決定

申請書を審査して、利用施設・期間・メニュー・利用料が決定しましたら、利用承認決定通知書を送付します。

4.利用する助産院等と調整

利用する助産院へ連絡して、日程調整や持ち物の確認を行ってください。キャンセル、日程変更の場合も、直接施設に連絡しましょう。（利用承認決定通知書が届く前の利用も可能ですが、利用料金が不明な場合は確認してください。）

5.産後ケアを利用する。

利用当日に、施設に利用料を支払ってください。ケアを受けたあと、利用後のアンケートに記入して終了です。続けて、利用希望される方は、直接施設に申し出てください。

利用後のママと赤ちゃんの状況を確認するため、母子保健コーディネーターが連絡することがあります。

利用できる助産院

1 助産院 Luna Luna（山西朋子助産師）

〒259-1217 平塚市長持 448-12

Tel 0463-57-6278 E-Mail contact@lunaluna-josanin.com

<https://lunaluna-josanin.com/access/>

（場所等は、ホームページでご確認ください。）

駐車場 2 台あり

2 ひまわり助産院（丸山照美助産師）

〒259-1331 秦野市堀西 461-1 ロイヤルハイツ宮の前 105 号室

Tel 080-5861-1081 E-Mail mw.himawari.1081@ezweb.ne.jp

<https://www.himawari-mam.com>

駐車場は、マンション敷地内に 2 台、徒歩 3 分の所に 2 台分



【宿泊型について】

利用できる方

- ・ 秦野市に住民票がある、おおむね産後2か月までのママと赤ちゃん
 - ・ 子育てに不安や心配がある方、ゆっくり休みたい方
 - ・ 身近に相談する人がいない方 など
 - ・ 赤ちゃんが入院中の場合は、ママだけでもご利用できます。
- (注意)
- ・ ママと赤ちゃんに感染症状がある、医療行為が必要な時は受けられません。
 - ・ 赤ちゃんのみのお預かりはできません。

産後ケアの内容と利用時間

訪問型、日帰り型との組み合わせで、利用上限はママ1人につき7回になります。宿泊型の場合は、1泊を2回とカウントします。1泊すると2回利用したことになります。(残りは5回となります。)

(内容)

- ・ ママの身体の健康管理や産後の生活アドバイス
- ・ 授乳相談や乳房ケア
- ・ 赤ちゃんの体重測定、発育状況の確認(体重測定、沐浴指導等)
- ・ ママの休養、リフレッシュ
- ・ 育児相談等

(利用時間)

- ・ 午前10時から翌日午後2時

利用料

メニュー	利用料(ママと赤ちゃん)	双子などの加算
1泊(1泊2日)	12,000円	2,400円
2泊(2泊3日)	18,000円	3,600円

※生活保護世帯、市町村民税が非課税世帯の方は、利用料の減免があります。

※利用料は、施設に直接お支払いください。

※利用の中止、変更は、利用前日の13時までに、施設にご連絡ください。

これ以降に連絡がなく、中止した場合には利用料が発生する場合があります。ご了承ください。

詳しくは担当までお問い合わせください。

(送付する利用承認決定通知書に記載しています。)

持ち物・準備するもの

- ・母子健康手帳
- ・赤ちゃんのおむつ、おしりふき
- ・粉ミルク・哺乳びん、乳首（必要な人のみ）
- ・赤ちゃんの着替え、ガーゼハンカチ
- ・ママの着替え類、パジャマ、産褥パッド、母乳パッド、歯ブラシ
スリッパ
- ・利用料

（アクアベルクリニックで準備しているもの）
フェイスタオル、バスタオル、沐浴布、ガーゼハンカチ（沐浴用）
ボディソープ、シャンプー、コンディショナー

産後ケア利用の流れ（宿泊型）

1.事前相談

まずは、利用を希望される方は、電話または面談で相談しましょう。母子保健コーディネーターが、ケアの内容の説明、出産・育児状況や希望メニューの確認など丁寧に対応します。

母子保健コーディネーターは、妊娠・出産・育児に関する相談をお受けしたり、サービスを紹介したり、サービス利用の調整をする人です。

2.申請

所定の用紙で、申請してください。（申請用紙は市ホームページからダウンロードもできます。）

新生児訪問の際や電話等でも、申請ができます。

3.利用決定

申請書を審査して、利用施設・期間・メニュー・利用料が決定しましたら、利用承認通知書を送付します。

4.利用する施設と調整

自宅に利用承認決定通知書が届いたら、利用する施設へ連絡して、日程調整や持ち物の確認を行ってください。キャンセル、日程変更の場合も、直接施設に連絡しましょう。（1 週間程度余裕をもって早めに申請しましょう。）

5.産後ケアを利用する。

ケアを受けたあと、施設に利用料を支払ってください。利用後のアンケートに記入して終了です。続けて、利用希望される方は、直接施設に申し出てください。

利用後のママと赤ちゃんの状況を確認するため、母子保健コーディネーターが連絡することがあります。

利用できる産科医療機関

アクアベルクリニック

〒257-0055 秦野市鈴張町 3 番 25 号（保健福祉センター近くです。）

Tel 0463-72-8331

駐車場はクリニック前にあります。産後ケア利用中の駐車は可能です。

問い合わせ・申し込み先

秦野市こども家庭センター

（秦野市こども家庭支援課親子健康担当）

秦野市緑町 16-3 秦野市保健福祉センター内

TEL 0463-82-9604

E-MAIL oyako-c@city.hadano.kanagawa.jp