

お母さんの こころ と 身体 を ケア します

宝塚市 産後ケア事業



赤ちゃんの
お世話が不安

授乳がうまく
できない

育児について
相談したい

こころと身体を
休ませたい

出産後の悩みや不安、お母さんのこころと身体のケア、育児に関する相談について助産師等の専門スタッフが対応し、お母さんと赤ちゃんの健康をサポートします。

キャンセル について

- ・利用変更・中止された場合のキャンセル料(自己負担)が発生する場合があります。利用前にキャンセル料の発生時期やキャンセル料等、確認した上で利用をお願いします。
- ・ご連絡がない場合は、キャンセル料をお支払いいただく必要がありますので、ご注意ください。(利用証はキャンセル料の支払いにはご利用になれません。)
- ・キャンセル料の取り決めは、実施機関により異なります。予約時によく確認してください。

注意事項 について

- ・ご自宅での育児に向けて、助産師等の専門職がケアやアドバイス・相談を行います。
- ・通所型、宿泊型は母子同室となります。きょうだい児等の同伴の可否は実施機関により異なります。ご家族が同伴される場合や物品等を購入される場合は、別途費用が必要です。
- ・通所型・宿泊型利用のための交通費は実費負担となります。
- ・各実施機関の有料オプションは自己負担となります。詳細は各実施機関にご確認ください。

その他のサービス について

産前・産後サポート事業 (有料：施設利用料 200円/回)

- ・妊娠中の悩み、出産や子育てに不安がある人に、助産師などが専門的に、また子育て経験者が日常の相談に応じます。
- ・「ほっとスペース 天(てん)」と「子育てサポート ほっこり」の2か所で実施しています。
- 対象：市内在住の妊婦又はおおむね1歳までの子どもの保護者とその家族
- 内容：専門相談、一般相談、電話・メール相談
- 専門相談：助産師等の専門職が、妊産婦に対して、集団又は個別に相談に応じます。
- 一般相談：子育て経験者が仲間の立場で妊産婦の話聞き、家庭や地域における孤立感の解消を図ります。また、必要に応じて専門相談につなぎます。

産前・産後サポート事業
市ホームページ



←ほっとスペース天



子育てサポート
ほっこり→

新生児訪問・未熟児訪問・赤ちゃん訪問 (無料)

- ・生後3か月以内の全ての乳児を対象に保健師や助産師がご家庭を訪問し、身体計測や育児相談を行います。
- ・新生児訪問・未熟児訪問を受けていない人は、生後1か月ごろに健康センターから送付する赤ちゃん訪問の案内に同封している記録票を返送してください。

乳幼児健診 (無料)

- ・4か月児健診、10か月児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診を健康センターで実施しています。
- ・健診日の前月に案内を郵送します。詳しくは、市のホームページをご覧ください。

お問い合わせ先

宝塚市立健康センター(健康推進課) 産後ケア事業担当
〒665-0827 宝塚市小浜4-4-1
TEL 0797-86-0056 (平日 午前9時～午後5時)
FAX 0797-83-2421

産後ケア事業
市ホームページ



対象となる方

宝塚市内に住所を有する産後1年未満(児の1歳の誕生日の前日まで)の母親及び乳児、流産・死産を経験して1年以内の方
下記の①～③に当てはまる方は対象外
①母子のいずれかが感染症(麻疹、風疹、インフルエンザ等)に罹患している方
②母親に入院加療の必要がある方
③心身の不調や疾患があり、医療的介入の必要がある母親。
(ただし、医師により本事業において対応が可能であると判断される場合にはこの限りではない。)

ケアの内容

- ◎母親への保健指導、栄養指導(健康状態の観察、身体的ケア、栄養相談等)
- ◎母親の心理的ケア(EPDSを活用した相談支援等)
- ◎適切な授乳ができるためのケア(乳房ケアまたは授乳支援等)
- ◎育児の手技についての具体的な指導及び相談(発達発達等のチェック、離乳食相談、育児相談、児の抱き方・おむつ交換・沐浴・寝かしつけ等の指導・相談)
- ◎乳児の健康状態及び発育状態の確認

宿泊型

内容

実施機関に宿泊し、助産師等がケアやサポートなどを実施

利用時間

実施機関で異なります

利用者自己負担額

1日あたり3,700円
(例：1泊2日7,400円,食費含む)

生活保護世帯 無料
市民税非課税世帯

利用証(最大)

4日分
(1泊2日=2日分)

通所型

内容

実施機関に通所し、助産師等が個別又は集団でケアやサポートなどを実施

利用時間

実施機関で異なります

利用者自己負担額

1時間あたり680円
(例：3時間2,040円)

生活保護世帯 無料
市民税非課税世帯

利用証(最大)

21時間分

訪問型

内容

助産師等がご自宅へ訪問し、ケアやサポート等を実施

利用時間

実施機関で異なります

利用者自己負担額

1時間あたり250円
(例：2時間 500円)

生活保護世帯 無料
市民税非課税世帯

利用証(最大)

14時間分

複数の型の利用を希望する場合は、訪問型は1日2時間、通所型は1日3時間を基準時間として訪問型・通所型・宿泊型合わせて7日まで



