and was a second with the second was a second with the second with the second was a second with the second with the second was a second with the second with the second was a second with the second with the

出産後、「初めての育児、これで良いのかなぁ・・・」、「体調がよくない」、「赤ちゃんのお世話の仕方や生活リズ ムがわからない」など、お困りのことはありませんか?心とからだを休めながら、育児や授乳のアドバイスが受 けられる産後ケアを利用してみませんか?

【産後ケアの内容】

	ショートステイ型(宿泊)	デイケア型(日帰り)	アウトリーチ型(居宅訪問)
対象	おおむね産後4か月未満		産後1年未満
場所	小樽協会病院 電話:0134-23-6234 住所:小樽市住ノ江 1-6-15		ご自宅 ※町の助産師が訪問します
時間	11 時~翌日 11 時	9 時~16 時	最長2時間 (9 時~17 時の間)
	※平日のみ(土日・祝日・年末年始除く)		
内容	お母さんの心やからだのケア ・ 授乳や乳房ケアの相談		
	沐浴などの育児方法の相談 ・ 赤ちゃんの発育や発達の相談		
	お母さんの休息 ・ 食事の提供		普段の育児環境に応じたアドバイス
持ち物	母子健康手帳 ・ 保険証 ・ ミルク ・ 哺乳瓶 おむつ ・ おしりふき ・ 着替え		なし
回数	合計 5 回まで(※ショートステイ型は原則 1 回利用可能です)		
料金	無料		

【利用できる方】

余市町に住所のある産後1年未満の方のうち、心身のケアを必要とする方や育児のサポート等を必要とする方

【利用に至るまでの流れ】

新生児·産婦訪問 時に申請書を提出 する場合

申請書を子育て・ 健康推進課の窓口 に提出する場合

その場で希望する ケアや体調を聞き 取ります なお、医療が必要 と判断された方は 利用できません

利用決定後、病 院のスタッフあ るいは訪問する 助産師から連絡 いたしますので 日程調整をして ください

利用決定通知書 がご自宅に届き

産後ケア 利用

※日程のご希望に添えない場合が ありますのでご了承ください

※利用日の変更・中止を希望される 場合は速やかにご連絡ください

問合せ先: 余市町民生部子育で・健康推進課(21-2122)