

余市町産後ケア事業のご案内

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？

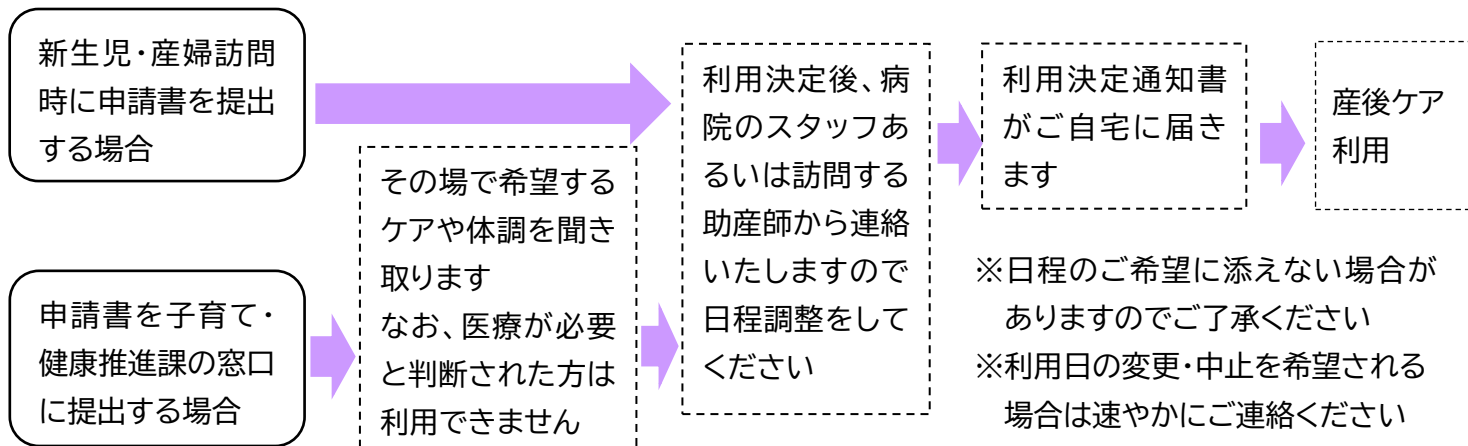
【産後ケアの内容】

	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】



問合せ先：余市町民生部子育て・健康推進課（☎21-2122）