

# 氷見市産後ケア事業

産後間もない方が、退院後から安心して子育てをスタートできるよう支援します。

## このようなお困りごとはありませんか？

- 授乳がうまくできない、母乳やミルクが足りているか分からない
- 赤ちゃんのお世話で眠れない、休みたい
- 育児のやり方があっているか分からない、自信がもてない
- 周りに育児を手伝ってくれる人がいない



利用された方からの声 /

授乳のことを助産師さんに相談できて、自宅へ帰る前に安心できました！

赤ちゃんを見てもらうことができ、ゆっくり休めました！

## 対象の方

氷見市に住民票(住所)のある方、市外から氷見市へ里帰りをしている方

※ただし、医療行為や入院治療が必要な方は除きます。

宿泊型・日帰り型 生後4か月未満まで、訪問型 生後1年未満まで

## ケア内容

宿泊型・日帰り型・訪問型のいずれかで、個別的なケアが受けられます

- 健康管理や生活の仕方についてのアドバイス
- 授乳についてのケアやアドバイス(乳房マッサージを含む)
- 育児の手技についての具体的な指導及び相談  
(赤ちゃんの沐浴、発育・発達チェック、体重・排泄チェック、スキンケアのアドバイス等)
- 子育て情報の提供 等



## ご利用の案内

種類	月 齢	利用時間	食事	料 金(※1)		利用回数
				氷見市に住民票のある方(※2)	市外から里帰りの方	
宿泊型	生後 4か月未満	10時～ 翌日10時	昼 夕 朝	1,500円/日 (1泊2日3,000円)	15,000円/日 (1泊2日30,000円)	合わせて 7日まで (※3)
日帰り型	生後 4か月未満	10時～ 16時	昼	1,500円/日	15,000円/日	
訪問型	生後 1年未満	9時～17時 のうち 3時間以内	なし	1,000円/日	10,000円/日	7日まで (※3)

※1 双子以上の場合、宿泊型・日帰り型のみ、2人目以降1人につき500円/日(市外からの里帰りの方5,000円/日)が加算されます。

※2 非課税世帯、生活保護世帯は利用料が免除になります。

※3 期間延長が必要な場合は、健康課へご相談ください。

## ご利用の流れ

オンライン申請  
フォーム➡



市  
との  
やり  
とり

### ①利用申請

- 利用を希望される方は、健康課窓口またはオンラインにて利用申請してください。

### ②希望のケア内容等のききとり

- ご希望に沿ったケアを行うため、事前に保健師等が面接や電話等で状況をお伺いします。

### ③利用承認通知の受け取り・利用日の決定

- 申請後に利用承認通知を自宅へお送りします。
- ご希望の利用日時が決まりましたら、希望日の1週間前までに健康課へご連絡ください。  
※緊急でのご利用が必要な場合は、ご相談ください。

### ④当日の利用

- 宿泊・日帰り型：直接利用施設へ利用開始時間前までにお越しください。
- 訪問型：自宅へ助産師が伺います。

### ⑤自己負担額のお支払い

- 利用後に利用施設または担当助産師へお支払いください。  
お支払いには、「とみいきデジタルポイント」が利用できます。
- 継続利用をご希望の場合は、利用施設または担当助産師とご相談のうえ、健康課までご連絡ください。

※キャンセルは、すみやかに健康課へご連絡ください。ただし、急なキャンセルの場合は、利用施設へ直接連絡をお願いします。

施設  
との  
やり  
とり

## 持ち物

※利用施設により異なります。詳細は市のホームページをご確認ください。市のホームページ➡



### 共通

- 母子健康手帳 健康保険証(母と子) ベビー服 ガーゼハンカチ おむつ
- おしりふき タオル(3本) バスタオル等

### 必要な方

- ミルク 哺乳瓶

### 宿泊・日帰り型ご利用の方

- 着替え 衛生用品(母乳パッド,生理用品等) 洗面用具 履物

※別途、消耗品等(紙おむつなど)の必要経費が生じる場合があります。

## 施設一覧

宿泊	日帰り	訪問	施設名・担当者名	住所	電話番号
●※	●		佐伯レディースクリニック	窪 660	0766-91-8855
●	●		富山県済生会高岡病院	高岡市二塚 387-1	0766-21-0570
●	●		高岡市民病院	高岡市宝町 4-1	0766-23-0204
	●	●	さくら助産院(川邊 和美)	高岡市伏木矢田 21-13	090-2035-5726
		●	おおもり助産院(大森 裕子)	早借 2717	—
		●	田中ひとみ助産院(田中 仁美)	下久津呂 92	090-2036-6450
		●	むら助産院(村 暁子)	—	—

※生後1か月未満まで利用可

## 問合せ先

氷見市健康課 母子保健担当 ☎74-8062  
〒935-0011 氷見市中央町12-21 いきいき元気館内