

産後ケア事業のご案内



産後の疲れや育児不安、体調の不安定をサポートするために、助産師等のアドバイスを受け、お母さんの疲労回復や休息・からだのケア、育児不安を緩和・解消するため事業です。

利用できる方

真岡市に住所があり、**生後1歳未満(概ね4か月未満)**の乳児とその母親で、産後の体調不良、育児不安等がある方。
または、家族の支援が受けられない方。

ケアの内容

産科医療機関や助産院に母子で**宿泊型**または**日帰り型**でケアを利用できます。

- お母さんのからだのケアや休息
(乳房マッサージを含む心身のケア、体調の管理等)
- 赤ちゃんのケア
(健康状態のチェック、身長や体重など発育の確認)
- 授乳やおむつ交換、沐浴など育児の指導及び相談
- その他、お母さんと赤ちゃんの状況に合わせたケア

利用回数

通算7日まで。
(例：1泊2日の場合は2日利用となります。)

利用の流れ

① 利用相談



- ・利用を希望する方は、こども家庭課母子健康係（電話 0285-83-8121）にご連絡ください。
※利用施設との調整が必要なため、**概ね2週間前まで**にご連絡ください。
※お急ぎで利用希望の場合も、こども家庭課までご相談ください。
- ・申請の理由・産後の体調・育児状況についてお聞きします。

② 利用申請



- ・『真岡市産後ケア事業利用申請書』（ホームページからダウンロード）に必要な事項を記入し、こども家庭課窓口に申請ください。

③ 利用決定



- ・利用決定後『真岡市産後ケア事業利用決定通知書』を郵送します。
【**変更やキャンセル（キャンセル料）について**】
- ・利用決定後にキャンセルや変更がある場合には、必ず、利用施設と母子健康係（電話 0285-83-8121）にご連絡ください。
- ・利用を取りやめた場合、キャンセル料が発生する場合があります。
キャンセル料は**全額自己負担**となります。利用施設に直接お支払いください。

④ 利用当日

- ・利用施設にてサービスをご利用ください。

利用施設一覧

令和6年4月1日現在

※利用施設の空き状況により、利用日のご希望に添えない場合があります。

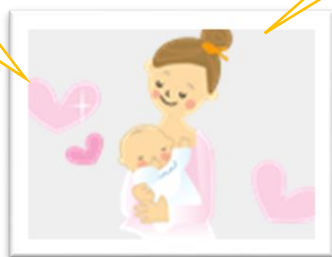
利用施設	住所
芳賀赤十字病院	真岡市中郷 271
那須赤十字病院	大田原市中田原 1081-4
まざあーずへいぶん	下野市薬師寺 3178-10
遠藤産婦人科医院	筑西市八丁台 63
さくら産後院 (R6.4~R6.9は日帰りのみ)	さくら市卯の里 1-11-1
獨協医科大学病院	壬生町北小林 880
アルテミス (アルテミスで出産した方のみ)	宇都宮市インターパーク 5-1-9
自治医科大学附属病院	下野市薬師寺 3311-1

利用者の声

気軽に話せて気持ちも体もリフレッシュできました。

助産師さんと仲良くなり悩んでいたこともすっきり！

授乳のことも相談できてよかった。



【お問合せ先】

こども家庭課母子健康係

電話：0285-83-8121

(お問合せ時間 平日 8:30~17:15)