

雲南市産後ケア事業のご案内

出産後、こんな困ったことはありませんか？

出産後、家に帰っても手伝ってくれる人がいない・・・



おっぱいやミルクが足りているか不安がある。相談したい



お産や子育ての疲れがあるから、ゆっくり休みみたい



出産後、育児等の支援が必要な方を対象に、育児不安の解消や産後の体調回復等を目的とした産後ケア事業を実施しています。

対象：雲南市に住民登録のある1歳までのお子さんとお母さん
家事・育児等の援助が必要な方、心身の不調または育児不安等がある方

*ショートステイ（宿泊）またはデイケア（日帰り）、訪問で、お母さんや赤ちゃんの体調や心配事に合わせた健康管理や赤ちゃんの発育発達等のチェック、沐浴、授乳等の育児指導や相談等を行います。

*ただし、乳房マッサージは有料の場合があります。

*医療行為（乳腺炎、感染症等）が必要な方は利用できません。

名称	利用者負担額（1日あたり）		利用限度
	課税世帯	生活保護世帯・非課税世帯	
ショートステイ(宿泊)	3,000円	0円	7日以内
デイケア(日帰り)	2,000円		あわせて
訪問	1,000円		7日以内

※市町村民税の賦課期日において雲南市に住所がない方は、前住所地の課税証明書を添付してください。
※所得未申告の場合や市町村民税の賦課期日において国内に住所がない場合、市町村民税の賦課期日において雲南市に住所がなく必要な課税証明等の提出がない場合は、自己負担額の市民税課税世帯の額とします。
※ショートステイを1泊2日利用する場合は2日とし、利用者負担金はそれぞれの額×2日分になります。
※施設で利用者負担額を直接お支払いください。

＜利用の際に必要なもの＞

母子健康手帳、健康保険証・乳児医療証、すくすくファイル、必要な母子の衣服、おむつ、利用料金（自己負担金）等 この他必要なものについては、施設へ直接ご確認ください

【利用の申込・お問合せ先】

雲南市役所こども政策局こども家庭支援課 <雲南市こども家庭センター>
〒699-1392 雲南市木次町里方 521 番地 1 TEL:0854-40-1047

雲南市への事前の利用申請が必要です。利用手続きは裏面をご確認ください。



＜利用手続きの流れ＞

- ① 申請書またはしまね電子申請サービスで申請します（申請は1回で対象年齢まで利用できます。後日利用決定通知を送付します。ただし、申請内容が変わるときには変更申請が必要です。）
- ② 利用希望時にこども家庭センターの保健師や母子保健コーディネーターに相談します。お母さんの状況などを伺い、希望施設や利用条件を確認します。（電話 0854-40-1047）
- ③ こども家庭センターが利用施設と利用日を調整します。
- ④ 利用が決定したら、利用日と受け付け時間や持ち物等を利用施設へ直接確認してください。
- ⑤ 産後ケアのご利用

※利用についてのご相談は妊娠中から可能です。

※感染症が流行する時期はお断りする場合があります。

※NALU 助産院を産後ケア事業で2回目以降に利用される方は、直接施設へ連絡し利用の予約をすることもできます。

＜雲南市産後ケア事業利用施設＞

施設名	利用日	産後ケア内容	利用時の連絡先・問合せ時間
雲南市立病院 (大東町) ※生後4か月未満	原則平日（祝日除く） ※状況により要相談 翌日以降 10:00～17:00	ショートステイ (宿泊)	平日 9:00～17:00 保健推進課 0854-47-7510 メール：hospital-hoken @city.unnan.shimane.jp
	原則平日（祝日除く） ※状況により要相談 10:00～17:00	デイケア (日帰り)	
NALU 助産院 (木次町)	月・火・金曜日 ※変更する場合あり	訪問	(平日) 090-9312-6057 産後ケア連絡専用 LINE ID：@zvn9419t

＜利用された方の声＞

子どもが泣いたときには、助産師さんに様子を見てもらえて、すぐそばに誰かがいる安心感がありました。

**子育ては長期戦！
休んでもいいんです**

もっと早くから利用すればよかった・・・

授乳のことで悩んでたけど、実際にみてもらい、相談できて気持ちも楽になりました



＜しまね電子申請サービスでの申請方法＞

【スマートフォンからの申込】

左記 QR コードを読み取ってください



【パソコンからの申込】

- ① 「しまね電子申請サービス雲南市」と入力し、検索
- ② 「しまね電子申請サービス（雲南市）手続き申込」の項目をクリック
- ③ 「しまね電子申請サービス（雲南市）」サイトに入り「雲南市産後ケア事業」を選択