

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、ゆっくり休みたい



雲南市では、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：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	利用時間	利用施設	利用者負担額(1日あたり)	利用限度
ショートステイ (宿泊)	翌日以降 10:00~17:00	雲南市立病院 (生後4か月未満)	生活保護世帯・非課税世帯:0円 課税世帯3,000円	7日以内
デイケア (日帰り)	10:00~17:00	雲南市立病院 (生後4か月未満)	生活保護世帯・非課税世帯0円 課税世帯2,000円	あわせて 7日以内
		雲南市内助産院		
訪問	9:00~16:00 3時間程度	雲南市内助産院の 助産師が自宅に訪問	生活保護世帯・非課税世帯:0円 課税世帯1,000円	

※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。

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、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

【利用申し込み先】

雲南市役所健康福祉部健康推進課 <雲南市母子健康包括支援センターだっこ♪>
〒699-1392 雲南市木次町里方521番地1 TEL:0854-40-1045



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 母子健康包括支援センターだっこ♪の保健師や母子保健コーディネーターに相談
(電話 0854-40-1045)
- ② お母さんの状況などを伺い、希望施設や利用条件を確認
申請書をご記入いただきます
- ③ 母子保健コーディネーターが、利用施設と利用日を調整し、利用決定通知を送付
- ④ 利用が決定したら、施設と利用日と受け付け時間や持ち物等を直接確認
- ⑤ 産後ケアご利用
※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。

<雲南市産後ケア利用施設>

施設名	産後ケア内容	利用日	利用時の連絡先・問合せ時間
雲南市立病院	ショートステイ(宿泊) デイケア(日帰り)	原則平日(祝日除く) ※状況により要相談	平日 9:00~17:00 保健推進課 0854-47-7510 メール: hospital-hoken @city.unnan.shimane.jp
須山助産院 (大東町)	デイケア(日帰り) 訪問	月曜日~金曜日	090-9062-0344
NALU 助産院 (木次町)	デイケア(日帰り) 訪問	月・火・金曜日 ※変更する場合あり	(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



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。