

# つくばみらい市 産後ケア事業のご案内



## ●産後ケアって何？●

「あかちゃんのお世話が不安」「ゆっくり休みたい」「おっぱいがうまくいかない」「母乳やミルクは足りているかな」… 自宅への訪問や施設において、授乳や育児の相談、産後の休息等のサポートをしています。

## ●利用できる方●

下記の項目がすべて当てはまる方

- ① 1歳のお誕生日前日までのお子さんがいる方
- ② 利用日当日につくばみらい市に住民登録がある方
- ③ 利用される方に医療行為の必要のない方、感染症の疑いがない方



## ●利用案内●

	訪問型 (ご自宅で利用)	通所型 (日帰りで利用)	宿泊型 (お泊まりして利用)
ケアの内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>■育児相談</li> <li>■授乳相談</li> <li>■乳房ケア等</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■育児サポート</li> <li>■食事の提供(1回)</li> <li>■養育者の方のケア</li> <li>■お子さんのケア等</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■育児サポート</li> <li>■食事の提供(3回)</li> <li>■養育者の方のケア</li> <li>■お子さんのケア等</li> </ul>
利用例	<ul style="list-style-type: none"> <li>●産後すぐのため、家でゆっくりケアを受けたい</li> <li>●お子さんとの暮らしに合った育児や授乳のケアをしてほしい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●子育てについて、外出してケアを受けたい</li> <li>●育児の仕方、授乳の仕方をサポートしてほしい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●1日を通して子育てや授乳のアドバイスを受けたい</li> <li>●産後のサポートがなく、体がつらいので、少し休みたい</li> <li>※1泊2日で1回分となります</li> </ul>
自己負担額	無料	1,000円	1泊2日 2,500円
回数	あわせて5回まで (多胎の場合、あわせて10回まで)		

※自己負担額は、利用日当日に施設へ現金でお支払いください。  
 ※生活保護受給者、市民税非課税世帯の場合は、自己負担額が免除になります。申請時にお申し出ください。  
 ※利用施設や状況により、利用時間が異なる場合があります。

利用の際は、**事前に申請が必要**になります。

産後ケア

申請書は、市のホームページから、ダウンロードできます。



## ● 利用施設 ● ※利用施設一覧は変更になる場合があります。

※下段は利用可能な月齢

施設名	住所	電話番号	訪問型	通所型	宿泊型
つくばみらい 遠藤レディースクリニック	つくばみらい市 富士見ヶ丘	0297-47-2050			○ 3か月未満
BIO HOUSE (ビオハウス)	つくばみらい市 紫峰ヶ丘	080-1124-6016	○ 1歳未満		
マーモセットケア	つくばみらい市鬼長	090-9149-7349		○ 1歳未満	
母乳育児相談室 すぱーすまんま	守谷市ひがし野	080-3382-5105	○ 1歳未満		
守谷助産院	守谷市松が丘	0297-45-4438	○ 1歳未満	○ 要相談	○ 要相談
お産の森いのちのもり 産科婦人科篠崎医院	守谷市大柏	0297-44-6203		○ 1歳未満	○ 1歳未満
総合守谷第一病院	守谷市松前台	0297-45-5111		○ 要相談	○ 要相談
choco 助産院 (チョコ助産院)	つくば市みどりの	080-5539-6081	○ 1歳未満		
筑波学園病院	つくば市上横場	029-836-1355			○ 5か月未満
なないろもあ パースクリニック	つくば市西大沼	029-886-3541		○ 6か月未満	○ 4か月未満
かんの産婦人科クリニック	取手市藤代	0297-83-0321		○ 4か月未満	○ 4か月未満
JA とりで総合医療センター	取手市本郷	0297-74-5551		○ 1歳未満	○ 1歳未満
つくばセントラル病院	牛久市柏田町	029-872-1771		○ 1歳未満	○ 4か月未満
遠藤産婦人科医院	筑西市八丁台	0296-20-1000		○ 1歳未満	○ 1歳未満
寺田医院	常総市菅生町	0297-27-2662		○ 5か月未満	

※施設の詳細は、市ホームページまたは「つくばみらい市産後ケア事業利用承認決定通知書」に同封される利用施設一覧をご覧ください。

※訪問型については、近隣の利用施設を掲載しています。上記の施設以外で利用希望の方や、里帰り先での利用希望の方は、「おやこ・まるまるサポートセンター」にご相談ください。

## ● 利用の流れ ●

### ①利用申請

**おやこ・まるまるサポートセンターの窓口、郵送または新生児訪問の際のいずれかで申請してください。**

※生活保護受給者の方、市民税非課税世帯の方は、その旨をお申出ください。

### ②利用決定・通知

利用申請時、保健師等が**面接または電話**でお話をうかがいます。

つくばみらい市おやこ・まるまるサポートセンターから「つくばみらい市産後ケア事業利用承認・不承認決定通知書」及び「産後ケア利用カード」を郵送します。

### ③利用予約

＜訪問型の場合＞

**利用施設へ直接予約**をし、ご利用ください。

＜通所型・宿泊型の場合＞

**おやこ・まるまるサポートセンターへ連絡**し、「利用希望施設」・「利用希望日時」を伝えてください。おやこ・まるまるサポートセンターから、利用希望施設へ予約連絡をします。その後、おやこ・まるまるサポートセンターから、利用希望者へ予約確定の有無を連絡します。

### ④利用

利用の際は、施設から提示された持ち物・自己負担額・つくばみらい市産後ケア事業利用承認決定通知書及び産後ケア利用カードをご持参ください。

＜申込・お問い合わせ先＞

おやこ・まるまるサポートセンター（みらい平市民センター2階）

〒300-2358 つくばみらい市陽光台3丁目9番地1 電話：0297-44-8822

時間：8:30～17:15 月～金曜日（土日祝日・年末年始を除く）