



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の仕方が不安」「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」・・・自宅訪問や、委託施設に通所および宿泊をし、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

- ①1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、感染症の疑いのない方



### ●利用の流れ●

**①利用申請** 出産後に、利用希望日が決まってから申請が可能です。

・申請方法…「いばらき電子申請・届出サービス」

おやこ・まるまるサポートセンター窓口でも可能です。

・申請時に必要なもの…母子健康手帳

**②面談・予約調整**



利用申請はこちらから

保健師が面談またはお電話にて、申請内容や利用希望についてお話を伺い、1回目の予約の調整をします。

**③利用決定**

「つくばみらい市産後ケア事業利用承認決定通知書」、「産後ケア利用カード」、「利用施設一覧」を郵送します。

**④利用**

利用日当日、各施設へ来所してください。

持ち物…母子健康手帳

産後ケア事業利用承認決定通知書

産後ケア利用カード

自己負担額

施設から提示された物

- ・利用する施設のホームページやリーフレット等で、時間や持ち物、支払い方法をご確認ください。
- ・自己負担額は、利用日当日に施設へお支払いください。

**※2回目以降の予約調整**

開庁日の9時～15時にお電話でご連絡ください。

### 【注意事項】

- ・原則、申請時は産婦本人が入力をお願いします。代理の方が入力される場合は、産婦ご本人に聞き取りを行いながら入力してください。
- ・1度の利用申請で、訪問型・通所型・宿泊型の利用が可能となります。利用申請と同時に利用希望日の予約調整ができるのは、1回目の予約のみとなります。2回目以降はお電話でご連絡ください。
- ・予約調整については、産後ケア委託施設への確認にお時間をいただく場合がございます。予約調整後、担当者より電話でご連絡させていただきます。

※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。



最新情報は  
こちら

## 利用型

	訪問型 (ご自宅)	通所型 (日帰り)	宿泊型 (宿泊)
ケアの内容	■育児相談 ■授乳相談 ■乳房ケア等	■育児相談・サポート ■授乳相談・産婦のケア ■お子さんのケア ■食事の提供（1回）等	■育児相談・サポート ■授乳相談・産婦のケア ■お子さんのケア ■食事の提供（3回）等
利用例	●産後のため、家でゆっくりケアを受けたい ●暮らしに合った育児や授乳の相談をしたい	●子育てについて、外出してケアを受けたい ●育児の仕方、授乳の仕方をサポートしてほしい	●1日を通して子育てや授乳のアドバイスを受けたい ●産後のサポートがなく、体がつらいので、少し休みたい
自己負担額	無料	1回 1,000円	1回1泊2日 2,500円
利用回数	5回	あわせて5回（多胎の場合、あわせて10回）	
予約方法	各施設に電話で予約	おやこ・まるまるサポートセンターに電話で予約調整	

## 利用施設

※利用施設や状況により、利用時間が異なります。予約時にご確認ください。

施設名	住所	訪問型	通所型	宿泊型
BIO HOUSE (ビオ ハウス)	つくばみらい市紫峰ヶ丘	○		
産前産後のいえ すペーすまんま	つくばみらい市板橋	○	○6か月未満	○5か月未満
choco 助産院 (チョコ助産院)	つくば市みどりの	○		
守谷助産院	守谷市松が丘	○	○ 要相談	○ 要相談
母乳育児相談「ほっと」	守谷市ひがし野	○		
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		○4か月未満	○3か月未満
マーモセットケア	つくばみらい市鬼長		○1歳未満	
お産の森いのちのもり産科婦人科篠崎医院	守谷市大柏		○1歳未満	○1歳未満
総合守谷第一病院	守谷市松前台		○5か月未満	○5か月未満
筑波学園病院	つくば市上横場			○5か月未満
なないろもあバースクリニック	つくば市西大沼		○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		○ 要相談	○ 要相談
JAとりで総合医療センター	取手市本郷		○5か月未満	○5か月未満
つくばセントラル病院	牛久市柏田町		○1歳未満	○4か月未満
遠藤産婦人科医院	筑西市八丁台		○5か月未満	○5か月未満
寺田医院	常総市菅生町		○4か月未満	○4か月未満
産前産後ケアハウス mamacocochi	土浦市中村南		○1歳未満	

※施設の詳細は市ホームページ、または利用申請後に、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。

### <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 月～金曜日（土日祝日・年末年始を除く）

電話：0297-44-8822 問い合わせ時間：8:30～17:15

予約調整受付時間：9:00～15:00