

滝沢市産後ケアのご案内

そんなときは、
産後ケアを
ご利用ください♪

利用できる方

- ～こんなことはありませんか？～
- 赤ちゃんのお世話に疲れや不安がある
- 一人でゆっくりお風呂に入りたい
- 育児について相談をしたい
- 少し気分転換がしたい
- 自分の気持ちや体のことを相談したい…



滝沢市に住民票があり、産婦さん・お子さん共に医療行為が不要な方、感染症状がない方
※対象月齢は産後ケアの種類、医療機関により異なります。

産後ケアの種類

種類	ケアの内容	利用期限	利用時間帯	利用上限	
訪問型	市助産師・保健師がご自宅に訪問します	<お母さんのケア> ・乳房ケア ・休息 ・産後の体調管理等 <赤ちゃんのケア> ・健康状態の確認 ・体重測定等 <育児のサポート> ・授乳指導 ・沐浴指導 ・育児相談等	産後1年未満 	2時間程度	2回
デイサービス型	①市直営施設型 市役所分庁舎 「ほっこりルーム」で ケアを受けます	①産後8か月未満 ②産後8か月～ 1年未満	①5時間 ②2時間 もしくは 3時間	市直営、 医療機関 での利用 を合わせて 5回 	
	②医療機関型 医療機関でケアを 受けます	産後4か月未満・ 産後5か月未満 *医療機関により 異なります。 詳しくは裏面を ご覧ください	3時間 から 6時間 *医療機関 により 異なります		

利用の流れ・方法

- ①申請:妊娠届け出時に窓口で申請書をお渡します。窓口か郵送で申請書類を提出してください
- ②承認:市から自宅へ通知書が郵送されます
- ③予約:予約方法はHPを確認ください
- ④利用

☆問い合わせ・申請先☆

滝沢市健康こども部こども家庭センター
〒020-0692 滝沢市中鵜飼55番地
☎019-656-6526



デイサービス型

①市直営施設型

○実施場所

ほっこりルーム(滝沢市中鵜飼55番地 滝沢市役所分庁舎1階)

○利用可能日

利用できる日をHPに掲載しており、利用日前の月の1日から予約が開始となります。

○ケア内容について

生後6か月未満のお子さんは沐浴可能です。その他、児の月齢によってケア内容が異なりますので、HPをご確認ください。

②医療機関型

○利用料金

利用料は無料です。

ただし、食事代やアロマ等のオプション代は別途自己負担となります。

実施医療機関等	対象時期	実施内容(コース)
★黒川産婦人科医院 盛岡市愛宕町2-51 ☎019-651-5066 ※予約受付は平日9時～17時	産後4か月未満	・3時間コース ・5時間コース
★村井産婦人科小児歯科医院 盛岡市向中野8-8-46 ☎019-636-2211 ※予約受付は平日9時30分～16時	産後4か月未満	・3時間コース ・6時間コース
産科婦人科 吉田医院 盛岡市若園町10-4 ☎019-622-9433 ※予約受付は平日13時～16時	産後4か月未満	・3時間コース ・5時間コース ・6時間コース
盛岡赤十字病院 盛岡市三本柳6-1-1 ☎019-637-3111 (内線 211) ※予約受付は平日13時～16時	産後4か月未満	・3時間コース ・6時間コース
★みうら産婦人科医院 盛岡市上鹿妻田貝11番地1 ☎019-658-1139 ※予約受付は平日9時～17時	産後5か月未満	・3時間コース ・6時間コース

★印:自院で出産された方のみ対象

(里帰り出産等で妊婦健診の受診歴がある場合は要相談。各医療機関へご相談ください)