

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♪



～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…

利用できる方

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
	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 ②医療機関型 医療機関でケアを受けます		①産後8か月未満 ②産後8か月～1年未満 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	①5時間 ②2時間もしくは3時間 3時間から6時間 *医療機関により異なります	市直営、医療機関での利用を合わせて5回 

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(滝沢市中鶴飼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 ・5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)

🌸 上の子の一時預かり利用料助成について 🌸

産後ケア利用時に、未就園の上のお子さんが保育所などの一時預かりを利用した際の利用料を助成します。
詳しくは、市ホームページをご覧ください(チラシ表面のQRコードから閲覧ください)。