

高石市産後ケア事業のご案内

令和8年4月改定



産後ケア事業って何をするの？

「赤ちゃんのお世話がよくわからない」「泣いたときにどうしていいかわからない」「授乳がうまくいかない」「産後の体調がすぐれない」「手伝ってくれる人がいなくて少し休みたい」「ゆっくり話を聞いて欲しい」・・・など、出産後育児のサポートが必要な方等を対象に、高石市が委託する助産所などでサポートを受けられる事業のことで、利用にかかる費用の一部を市が負担します。

利用できる方

高石市に住所を有する方で、下記の条件に該当する方

- ・宿泊（ショートステイ）型：生後4か月未満の乳児とその母（*利用最終日が生後4か月未満であること）
- ・通所（デイサービス）型：生後6か月未満の乳児とその母（*施設により対象月齢が異なります）
- ・居宅訪問（アウトリーチ）型：生後12か月未満の乳児とその母

*早産児や低出生体重児の場合は、出産予定日を基準にした修正月齢等を考慮できる場合があります。（施設により異なります）

*流産死産を経験して1年未満の方も対象です。（施設により異なります）

*対象となる乳児、その母及び同居家族のうち、感冒その他の感染症にかかっている場合や、解熱後1週間経過していない場合は利用できません。

*対象となる乳児及びその母のうち、入院又は加療の必要がある場合は利用できません。

産後ケアでできること

- 体のサポート・・・お母さんの体調管理、乳房ケアなど
- こころのサポート・・・育児相談、お母さんの心の休養など
- 育児のサポート・・・沐浴の方法・授乳の方法の指導、発育発達の相談など
- 管理栄養士によるサポート・・・離乳食の相談・産後および授乳中のお母さんの食事の相談など

*管理栄養士によるサポートは、居宅訪問（アウトリーチ）型のみ利用となります。



利用の相談・申込み・お問い合わせ先

あれこれ相談ステーション

（高石市役所 こども家庭課 こども家庭係）

TEL 072-275-6494（平日 午前9時から午後5時30分）



利用料金と利用できる日数



サービス	利用料金（自己負担金）			利用できる 日数（回数）
	市民税課税世帯		市民税非課税 生活保護世帯	
	通常	クーポンあり		
宿泊 （ショートステイ）型	5,190 円	2,690 円	1,300 円	7 回（泊）まで
通所 （デイサービス）型	2,600 円	1,300 円	650 円	7 回 まで
居宅訪問 （アウトリーチ）型	1,000 円	500 円	500 円	7 回 まで

※市民税課税世帯の方には、初回利用時に、高石市産後ケア事業クーポン券（5 枚）お渡しします。

利用 1 回目～通算 5 回目までの利用時に提出いただくことで、自己負担額が割引されます。

※利用時間を短縮したり、食事をキャンセルした場合も利用料金は変わりません。

ケアの種類と特徴



🌸 宿泊（ショートステイ）型

利用施設に泊まり、助産師のケアを受けることができます。一日を通して、授乳や育児のアドバイスを受けることができます。「家族からのサポートが得られない」「休息したい」「ゆっくりケアを受けたい」といった方におすすめです。



🌸 通所（デイサービス）型

利用施設に行き、日帰りで助産師のケアを受けることができます。「少しの時間でも休みたい」「上の子のお迎えまでの間に利用したい」といった方におすすめです。

🌸 居宅訪問（アウトリーチ）型

自宅などに助産師や管理栄養士等が伺い、ケアを行います。「自分の家にあった沐浴方法が知りたい」「家でゆっくりケアを受けたい」「離乳食はどうやって始めたらいいかわからない」「少食だけど、離乳食の量は足りているか知りたい」「断乳ってどうすればいいの」「上の子がいて出かけられない」といった方におすすめです。



利用可能時間・利用可能日

サービス	利用可能時間	食事	利用可能日
宿泊 (ショートステイ)型	午前 10 時から翌日午前 10 時まで	3 食	通年 (年末年始を除く)
	午前 10 時から翌日午後 7 時まで ※	5 食	
通所 (デイサービス) 型	午前 10 時から午後 5 時まで	1 食	通年 (年末年始を除く)
	午前 10 時から午後 7 時まで ※	2 食	
居宅訪問 (アウトリーチ) 型	午前 9 時から午後 5 時までの間で 3 時間以内	なし	月曜日から金曜日 (年末年始・祝日を除く)

利用開始日について

- ・ 高石市立母子健康センターの利用が初めてで、生後 2 か月以上の児がいる場合、利用開始日は平日に限ります。
- ・ 泉大津市立周産期小児医療センターの利用は、利用開始日が平日に限ります。

※ 泉大津市立周産期小児医療センターは選択不可

近隣の利用可能施設

下記施設以外にも利用可能施設が拡大しています
詳しくは大阪府 HP をご確認ください



施設名 (所在地)	サービスと受入れ月齢		
	宿泊型	通所型	訪問型
高石市立母子健康センター (高石市羽衣 4-4-26)	○ ※ 生後 4 か月未満	○ 生後 6 か月未満	○ 生後 12 か月未満
泉大津市立周産期小児医療センター (泉大津市下条町 16-1)	○ ※ 生後 4 か月未満	○ ※ 生後 4 か月未満	×
長谷川助産所 (高石市取石 7-5-57)	×	×	○ 生後 12 か月未満
中谷助産所 (高石市千代田 5-10-19)	×	×	○ 生後 12 か月未満
Lamp 助産院 (堺市中区深井清水町 3214 清水の森 C)	×	×	○ 生後 12 か月未満
えな助産院 (堺市西区神野町 1-25-1)	×	×	○ 生後 12 か月未満
ゆいの助産院 (堺市西区浜寺南町 1-2-1-16 (K))	×	×	○ 生後 12 か月未満
栄養ケアチームすぷらうと (公社)大阪府栄養士会栄養ケアステーション所属	×	×	○ 生後 12 か月未満

※ 生後 4 か月未満でも寝返りができれば利用できません。

【高石市立母子健康センターの利用（宿泊型・通所型）について】

原則、母子同室となります。一時的に別室で赤ちゃんのお預かりを希望する場合は、利用日に施設の助産師等へご相談ください。



利用の申請方法とご利用の流れ

1. 申請方法 事前の申請が必要です。おおむね妊娠 30 週以降から申請できます。(出産後も申請できます。)

「高石市産後ケア事業利用申請書」に必要事項を記入し申請してください。

*申請から実際の利用までは 1 週間程度(土日祝日、年末年始を除く)要します。日程に余裕をもってお申し込みください。

※申請書は、あれこれ相談ステーションにてお渡しします。高石市ホームページからダウンロードできます。

申請時に必要なもの：母子健康手帳(市民税非課税・生活保護世帯の方は減免のため書類が必要な場合があります。)

申請書提出先： あれこれ相談ステーション(高石市役所別館 2 階 こども家庭課)

高石市加茂 4 丁目 1 番 1 号 TEL: 072-275-6494

*妊産婦ご本人以外の代理申請や郵送での申請も可能です。

その場合、市の助産師などが妊産婦ご本人へ連絡し、様子をお伺いすることがあります。

2. 利用の決定

利用施設の空き状況を確認したうえで、申請内容を審査し、「産後ケア事業利用承認通知書」を発行します。あわせて、「高石市産後ケア事業利用ノート」と「産後ケア事業クーポン券」(クーポン券は市民税課税世帯のみ)をお渡しします(利用施設の混み具合等によりご希望に添えない場合があります)。

*妊娠中に申請された方は、出産後にお子様のお誕生日などを確認後に利用が決定されます。

*居宅訪問(アウトリーチ)型を利用される場合、利用決定後、利用施設の助産師等から連絡があります。

2 回目以降の利用について

①一度利用したことがある施設の場合：ご自身で施設へ予約

②初めて利用する施設・管理栄養士による産後ケアの場合：あれこれ相談ステーションへ予約

3. 産後ケアの利用

・宿泊・通所型

利用開始日に、「産後ケア事業利用承認通知書」「高石市産後ケア事業利用ノート」「産後ケア事業クーポン券」を持参し、利用施設へ行きケアを受けてください。利用料金は直接施設へお支払いください。

・居宅訪問型

利用日に、助産師等がご自宅などへ訪問させていただきます。訪問した助産師等に「産後ケア事業利用承認通知書」「高石市産後ケア事業利用ノート」「産後ケア事業クーポン券」を提示し、ケアを受けてください。利用料金は直接助産師等へお支払いください。

【お願い】 利用後、「高石市産後ケア事業利用ノート」QR コードよりアンケートへのご協力をお願いします。

(管理栄養士による産後ケアを利用の場合は、実施後異なる QR コードをお伝えします。)

利用のキャンセル

産後ケアの利用決定後にキャンセルされる場合は、速やかにご連絡ください。

【連絡先】 ①一度利用したことがある施設の場合：利用予定の施設へ

②初めて利用する施設の場合：利用予定施設 + あれこれ相談ステーションへ

③管理栄養士による産後ケアを利用の場合：あれこれ相談ステーションへ

*利用者の都合により日程を変更・中止する場合は、利用予定日の前々日 17 時までにご連絡ください。

同時刻までに連絡なく利用しなかった場合は、下記キャンセル料を施設へお支払いいただきます。

サービス	市民税課税世帯	市民税非課税 生活保護世帯
宿泊(ショートステイ)型	2690 円	1300 円
通所(デイサービス)型	1300 円	650 円
居宅訪問(アウトリーチ)型	500 円	500 円