

高石市産後ケア事業のご案内



産後ケア事業って何するの？



「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す。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
- ・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いたします。

＊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	食事	利用料金			利用できる 日数
		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	3 食～5 食 (利用時間により異なります)	5,190 円	2,690 円	1,300 円	7 回 (泊) まで
通所 (デイサービス) 型	2 食	2,600 円	1,300 円	650 円	7 回 まで
居宅訪問 (アウトリーチ) 型	なし	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。

ケアの種類と利用できる施設

🌸 宿泊（ショートステイ）型

助産所に泊まり、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。

*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。

利用時間 ①午前 10 時～翌日午前 10 時まで（食事 3 食）
②午前 10 時～翌日午後 4 時まで（食事 4 食）
③午前 10 時～翌日午後 7 時まで（食事 5 食）



利用可能日 通年（年末年始を除く） *土・日・祝日の初回利用はできません。

利用可能施設 高石市立母子健康センター
〒592-0002 高石市羽衣 4 丁目 4 番 26 号
TEL 072-261-0335



利用予約の注意事項

- 予約開始は、利用を希望される日の、前月 20 日午後 12 時からとなります。
- 利用予約は、最大 2 回までとなります。
- 寝返りができる場合は、生後 4 か月未満であっても利用することができません。



通所（デイサービス）型

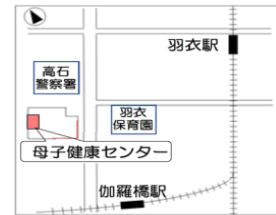
助産所に行き、日帰りで助産師のケアを受けることができます。「少しの時間でも休みたい」「上の子のお迎えまでの間に利用したい」といった方におすすめです。

＊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。

利用可能時間 午前 10 時～午後 7 時まで（食事 2 食）

利用可能日 通年（年末年始を除く） ＊土・日・祝日の初回利用はできません。

利用可能施設 高石市立母子健康センター
〒592-0002 高石市羽衣 4 丁目 4 番 26 号
TEL 072-261-0335



＊利用予約の注意事項

- ・ 予約開始は、利用を希望される日の、前月 20 日午後 12 時からとなります。
- ・ 利用予約は、最大 2 回までとなります。



居宅訪問（アウトリーチ）型

ご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 午前 9 時～午後 5 時までの間で 3 時間以内

＊施設により、午前 9 時以前、午後 5 時以降の利用も可能な場合があります。

＊利用時間を短縮した場合も利用料金は変わりません。

利用可能日 月曜日から金曜日 （年末年始・祝日を除く）

＊施設により土曜日や祝日の利用が可能な場合があります。

利用場所 自宅など （高石市内に限る）

利用可能施設 高石市立母子健康センター
長谷川助産所
Lamp 助産院
えな助産院
栄養チームすぷらうと



利用の申請方法とご利用の流れ

1. 申請方法

利用には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

（市民税非課税および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）。

* 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

一度利用したことがある施設を再度利用される場合：ご自身で施設へ予約

初めて利用する施設または管理栄養士によるケアを希望される場合：あれこれ相談ステーションに予約

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。

利用のキャンセル

産後ケアの利用決定後にキャンセルなどある場合は、速やかにあれこれ相談ステーションにご連絡ください。

* 利用者の都合により日程を変更・中止する場合は、利用予定日の前日 10 時までに利用施設へご連絡ください。同時刻までに連絡なく利用しなかった場合は、本来支払う予定だった額（利用料金）を施設へお支払いいただきます。