

子育ての専門家が、ママの心と体をケアします

明石市 「産後ケア事業」

のご案内

毎日、子育てを
24時間がんばるママ。
疲れがたまっていますか？

おっぱいやミルクが
足りているのか不安



ほんとは
少し
休みたい...

初めての子育てで
わからないこと
だらけ

ママを休ませて
あげたい



産後ケアでできること

- 赤ちゃんをお預かりしながらママの休息のお手伝い
- 乳房ケア
- 沐浴のお手伝い
- 育児相談

ご状況によりどこで
ケアを受けるか選べます

ゆっくり休みたい方は
医療機関・助産所を利用

出かけるのが難しい方は
訪問を利用

お問い合わせ・申し込み

明石市こども健康センター 電話:078-918-5656

〒673-0891 明石市大明石町1丁目6番1号 明石駅前再開発ビル(パピオスあかし)6階
(受付時間: 9時~17時15分 ※土・日曜、祝日、年末年始除く) ※料金など詳細は裏面をご覧ください

対象の方

下記のいずれかに当てはまる、
明石市内に住民票があるママと生後4か月未満の赤ちゃん

- (1) 育児に関する不安があり、心身の回復に支援が必要なママ
- (2) 家族などからのサポートが得られないママ

- ※医療行為が必要な方(例:感染症(疑い含む)で治療が必要な場合等)は利用できません
気になる方はご相談ください
- ※ママのみ、または赤ちゃんのみが利用することはできません
- ※ママや赤ちゃん、また事業所の状況によって、利用が認められない場合があります

【宿泊型・デイサービス(日帰り)型】

医療機関、助産所を利用します

- ※事業所の場所等については、明石市こども健康センターにお問い合わせください
- ※食事の提供があります

種類	利用時間 (原則)	基本利用料(1日あたり)			利用期間
		一般世帯	市民税非課税 世帯等	生活保護 世帯	
宿泊型	10時～翌日10時	5,600円	2,800円	1,400円	宿泊型・ デイサービス型 あわせて7日以内
デイサービス型 (日帰り)	10時～18時	2,800円	1,400円	700円	

※事業所により別途必要経費がある場合は、実費負担になります

キャンセル料について

前日17時までに利用事業所へ連絡がない場合は、キャンセル料をいただきます

宿泊型	1,400円	デイサービス型	700円
-----	--------	---------	------



【訪問型】

助産師・保健師・看護師・保育士の専門職がご自宅等にお伺いします

※土・日、祝日の利用はできません ※乳房ケア(マッサージ)、沐浴の手伝い等をおこないます

種類	利用時間 (原則)	初回の 利用料	2回目以降の利用料			利用期間
			一般世帯	市民税非課税 世帯等	生活保護 世帯	
訪問型	開始時間10～15時 (約1時間半)	無料 (おためし券)	1,800円	900円	0円	初回含めて 5回まで