

出産後や子育て中の
お母さんを
サポートします！

香美市産後ケア事業

をぜひご利用ください

こんなことはありませんか？

初めての育児で
いろんなことが
不安

身体がしんどいし
寝不足・・・
ちょっと休めたら
いいな

??

赤ちゃんのお世
話って、これで
いいのかな・・・

母乳がうまく飲ま
せられているか
心配

出産直後は心身の疲労に加えてホルモンの変化も大きい時期で、赤ちゃんの様子やお母さん自身の体調など、ちょっとしたことが気になったり不安になることがあります。

産後ケア事業は、出産後のお母さんが少しでも安心して育児ができるよう、お母さんや赤ちゃんの心身のケアや育児のサポートを行う事業で、誰でも利用することができます。

利用できる方

香美市に住民票のある産後1年未満のお母さんと赤ちゃん

産後ケアの内容

- ・乳房ケアや授乳方法についての相談
- ・お母さんや赤ちゃんの健康管理や生活面の相談や助言
- ・育児についての相談や助言
- ・他のお母さんとの交流(希望にて)



産後ケアの種類

※施設により利用できる日時(曜日など)が異なる場合があります

- ・宿泊型：産後ケア施設に宿泊して、ケアを受けます
利用時間 午前10:00～翌朝10:00
- ・通所型：産後ケア施設を日帰りで利用して、ケアを受けます
利用時間 午前10:00～午後4:00
- ・訪問型：助産師がご自宅に訪問してケアを行います
利用の目安 およそ2時間

香美市が委託している産後ケア実施施設(宿泊型、通所型)

※R7.4月時点

- ・浅井産婦人科・内科(高知市一宮東町)
- ・いのち育みサポートはぐあす(高知市朝倉甲)

※利用回数や料金は、裏面をご覧ください

利用できる回数

- ・宿泊型 : 5泊まで(分割で利用することもできます)
- ・通所型 : 5回まで
- ・訪問型 : 2回まで

利用料金

- ・利用料の1割が自己負担となります。
ご利用時に、直接、産後ケア施設へお支払いください。
- ・1人につき、宿泊、通所あわせて5回まで、2,500円の減免チケットが利用できます。

減免チケット	自己負担額		
	宿泊型	通所型	訪問型
あり	1泊 4,500円	1回 500円	0円
なし	1泊 7,000円	1回 3,000円	0円

- ・住民税非課税世帯、生活保護世帯の方は、上記の金額と異なります。
(詳しくはお問い合わせください)

利用手続きの流れ

★利用希望の方は、事前に申請が必要です。
妊娠8か月から申請できます。

申請

申請用紙を健康推進課へ提出
香美市ホームページからダウンロードできます

決定

健康推進課から
「利用承認通知書」を郵送します
(減免チケットも同封します)

利用

訪問型：健康推進課へご連絡ください
宿泊型・通所型：
直接施設へ予約してください

※キャンセルの場合は、利用日の前々日の
17時までに施設へ連絡してください

産後ケアの申請・問い合わせ先

香美市健康推進課 親子すこやか班
(香美市役所2階 8番)

〒782-8501
香美市土佐山田町宝町1丁目2番1号
0887-52-9281
(月～金 8:30～17:15)

