

# 元気のひきだし

## 産後ケアがバージョンアップします!

### 産後ケアとは

助産師等が具体的な相談や指導(不安解消、母乳ケア、育児技術の習得)を行い、安心して子育てができるように支援する事業です。

#### 対象者

恩納村に住民票のある1歳未満の赤ちゃんとそのお母さんで、次の①～③に全て当てはまる方

- ①ご家族等から産後の育児サポートを得ることが難しい
- ②母親に心身の不調がある、または育児不安が強い
- ③病院等の医療管理入院を必要としない

#### こんな人が利用しています! //

- ・おっぱいが痛い、または母乳の量が気になる ・疲れが溜まりっぱなし
- ・赤ちゃんが泣いたりぐずったり大変 ・助産師に話を聞いてほしい
- ・赤ちゃんの発達が気になる などなど!

まずは窓口へ相談を

利用する種類	利用方法	利用時間	食事	料金
訪問型(3時間)	助産師がご自宅に訪問します。	9:00~17:00 ※1回あたり3時間	なし	無料
通所型(3時間)	施設に行って支援を受けます。	10:00~16:00	なし	
通所型(6時間)		10:00~16:00	あり	
宿泊型		24時間	あり	

※令和8年4月より新たに、「宿泊型」の利用も可能になりました。

#### 利用回数

訪問型・通所型・宿泊型を自由に組み合わせ、最大7回(宿泊型のみ上限3回)まで利用できます。

#### 利用例



お問い合わせ: こどもみらい課 すこやか親子係 ☎966-1217