

# 元 気 の ひ き だ し

今回はお母さんや赤ちゃんが安心して育児を進められるよう「こころと体のケア」や「授乳のアドバイス」を無料で受けられるサービスをご紹介します。



## 産後ケア事業のご案内



助産師など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産後1年未満の赤ちゃんとその母親で以下の①～③に全て該当する方

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

### 内容

- 授乳についての相談
- 乳房ケア
- 体調管理
- 育児についての相談や育児サポート（赤ちゃんのお世話の仕方や様子の見方）など

### 利用案内

※利用2回ごとに1回、評価を行います。

利用する種類	利用方法	利用時間	食事	料金	回数
訪問型(3時間)	助産師がお宅に訪問します。	9:00～17:00 ※1回あたり3時間	なし	0円	必要に応じ <b>最大7回</b> までご利用 できます。
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		

組み合わせは  
自由です



### 利用できる施設

施設名	訪問型	通所型	電話番号	住所
沖縄県助産会 母子未来センター	●	●	098-938-1103	沖縄市中央4-15-12
ゆいクリニック	●	●	098-989-3801	沖縄市登川 2444-3
てのひら助産院	●	●	090-6899-8063	沖縄市山内3-13-6
みねた助産院	●		080-3469-5476	
マヤテラス助産院	●		090-8768-5473	
とっくりきわた助産院	●	●	090-8292-6519	恩納村字真栄田2655

※とっくりきわた助産院の通所型は月1回の開催。

### 利用にあたっての注意

- 訪問型はヘルパーではないため、買い物・掃除などの家事は行いません。
- 感染症にかかっている場合や治療が必要な場合は、対象外となります。
- 追加サービスを受けた場合、別途自己負担となります。
- 評価にて、利用回数は決定いたします。

利用の相談・申請先:健康保険課 健康づくり係 ☎966-1217 (土・日・祝日を除く8:30～17:00)