

産後ケア事業

対象

市内にお住まいで、家族などから家事や子育ての十分な協力が得られず、産後の疲労や育児の不安を抱える産後12カ月未満(宿泊型は産後4カ月未満のみ)の母親と赤ちゃん

自分の親も忙しく、手伝ってもらえない

疲れたので、ゆっくり休みたい

家族も育児に疲れた

赤ちゃんは順調に育っているのかな



サービスの内容

- 母親のケア
健康管理や乳房ケア、休息等
- 赤ちゃんのケア
発育や発達の確認、健康のチェック
- 育児についての相談や助言
沐浴や授乳指導等



利用場所・利用料

	利用場所	利用料(母親と赤ちゃん1組あたり)
宿泊型	市が委託する医療機関	1泊2日 11,000円 (以降1日につき5,500円加算)
デイサービス型(日帰り)	や助産所(17カ所)	3,200円
訪問型	自宅に助産師が訪問	相談型(2時間まで) 2,000円 リフレッシュ型(4時間まで) 3,800円

※市民税非課税世帯または生活保護世帯に該当する方は、利用料の減免制度があります

申込方法

妊娠32週から利用希望日の1週間前までにお住まいの区の区役所家庭健康課・総合支所保健福祉課窓口で申請。市ホームページの電子申請からも申し込みます(電子申請の場合は、後日電話等で聞き取りを行います)。

実施施設など詳しくは市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。



市ホームページ

みんながふらっと立ち寄れる場所に

産後ケアハウス ママン家 助産師 菊地 雅子さん



医療機関で産後ケアに携わる中で、育児に疲れたお母さんがゆっくり休めるところをつくりたいと思い、今年の4月に「産後ケアハウス ママン家」を開業しました。施設に来たら、初めに最近の状況についてお話を聞きます。日々、抱えている悩みや不安を話すことで、気持ちがすっきりするようです。硬い表情だったお母さんが帰る頃には、にこにこ笑顔になると安心しますね。

仙台は転勤で来た方も多く、身近に相談できる人がいないという声を聞きます。さらに、コロナ禍で仲間と交流する機会もなくなり、一人で不安を抱えている方も少なくありません。今は、みんなで子育てする時代。お母さんが安心して子育てするには、周囲の理解や協力が不可欠です。助産師もお母さんと一緒に子どもの成長を喜び合いたいと思っています。

- 利用した方からは「休養できた」「ゆっくり食事ができた」という感想をいただいています。お母さんには、ぜひ一度立ち止まって息抜きをしてほしいと思います。ここで知り合って、友達になるお母さんたちも多くいて、お母さん同士がつながる場にもなっていると思います。
- モットーは「心の実家」。子育てで疑問に思ったときはもちろん、特に相談がなくても気軽に立ち寄ってもらえたら。助産師と話すことで発見があるかもしれません。その方に合った、家庭で続けられる子育てと一緒に見つけていきたいと思っています。お母さんは情報を集める余裕もなかなかないと思うので、周りの人が「産後ケアがあるよ」と勧めてくれたらうれしいですね。

利用の様子



体調や育児の悩みを聞きながら、ケアの内容を決めます



身体測定等、健康状態のチェックをします



授乳や沐浴などの練習や育児のアドバイスをを行います



家庭的な手作りの食事をいただきます

この特集に関するお問い合わせは、子供家庭保健課 ☎214・8189、FAX214・8610

つながる

子育て支援

訪問型の産後ケア事業が始まります



子育てをみんなで支える

妊娠から出産、子育て期においては、子どもの誕生や成長という喜びとともに、初めての経験に戸惑いや不安を感じることも少なくありません。コロナ禍により里帰り出産ができない、両親が中絶になるなど、育児を学んだり交流したりする機会が少なくなり、これまで以上に子育て家庭の孤立化が懸念されています。子どもの健やかな成長のためには、さまざまな人が子育てに関わり、社会全体で支えていくことが大切です。

産後の母親をサポート

産後は、休む間もなく育児が始まり、母親の心身に大きな負担がかかります。市では、病院や助産所等で、宿泊や日帰りにより、体調や育児に関するアドバイスを受

困ったらまず相談を

育児についての相談や、一人一人の状況に合ったサービスの提案も可能です。まずはご連絡ください。



お住まいの区の区役所家庭健康課・総合支所保健福祉課(☎は9ページ)

けながら心身を休養することができ産後ケア事業を実施しています。4月には対象を産後4カ月未満から12カ月未満に拡大(宿泊型を除く)。さらに10月からは訪問型の産後ケアを開始します。専門的な知識を持つ助産師が自宅を訪問し、個々の家庭環境に合った育児方法の助言や母親のケアなどを行います。移動手段がない、双子などの多胎児を連れて出掛けるのが大変など、病院等に通うことが困難な方も利用しやすくなります。産後ケアの拡充により、一人一人のニーズに応じたきめ細かな支援を実施し、安心して子育てできるようサポートします。親が子育ての喜びや幸せを実感することは、子どもの健やかな成長にもつながります。産後ケアを利用してリフレッシュしながら、あなたらしい子育てを一緒に考えてみませんか。