



# 笠間市産後ケア事業のお知らせ



「退院することが決まったけど、不安がいっぱい」

「退院して赤ちゃんとの生活を始めてからわからないことが多くなってしまった」

などなど・・・

そんなママたちの育児不安が軽減できるよう、専門の施設で授乳指導や育児指導が受けられるようになりました。

## ご利用できる方

- 笠間市に住民票のある出産後1年未満の方で
  - ・産後、からだやこころの回復に不安のある方
  - ・育児に不安があり、保健指導の必要な方



## ケアの内容

- お話タイム（子育てについてゆっくりお話ししましょう）
- 健康チェック
- 授乳指導や乳房ケア（ご家庭でスムーズに授乳ができるようにお手伝いします）
- 沐浴指導 など

## ご利用料金・ご利用日数

デイサービス（日帰り）か、宿泊型が選べます。組み合わせてのご利用も可能ですが、ご利用はデイサービス、宿泊型あわせて7日以内です。

		施設の設定料金	利用する際の個人負担金
デイサービス		12,000円	2,400円
宿泊型	1泊2日	22,000円	4,400円
	2泊3日	32,000円	6,400円

※生活保護受給者の方や、市町村民税非課税世帯の場合は、個人負担金が減額される場合がありますので、あらかじめ下記へご相談ください。

## ご利用の手続き

※申請が必要です。申請後、利用承認がおりると利用が可能になります。

まずは、笠間市子育て世代包括支援センター（友部保健センター内）にご相談ください。

電話 0296(78)3155まで

## 申請に必要なもの

- ・「笠間市産後ケア事業（新規・継続）利用申請書（様式第1号）」
- ・母子健康手帳
- ・生活保護受給の場合は生活保護受給証明書
- ・市町村民税非課税世帯の場合は、世帯全員が非課税であることがわかる証明書（1課税証明書（世帯全員分）」または「世帯全員分の非課税証明書」



## ご利用できる施設 以下の委託施設でのご利用となります

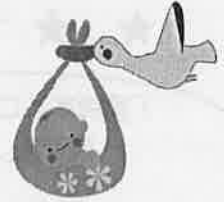
施設名	住所	電話番号
山縣産婦人科	水戸市千波町371-4	029-241-6121

## お問い合わせ先

笠間市子育て世代包括支援センター（友部保健センター内）  
 0296(78)3155（専用電話）  
 または0296(77)9145（友部保健センター）



# H29年度 かさママサロンのご案内



妊娠をきっかけにできたお友達は、妊娠中、出産後もとても心強いもの。妊婦さんや産後間もないお母さんと赤ちゃんが集う場があれば、妊娠・出産・子育てのことを語りあい、同じ仲間としての交流につながっていくことと思います。

“かさママサロン”は、妊産婦さんの定期的な集まる場として、または助産師等が、妊娠生活や分娩、授乳や育児に関する疑問に相談に応じる場として、開催しています。

妊産婦のみなさん、不安解消、仲間づくり等々・みなさんの“リラックス”できる場として、ご利用ください。

## ご利用できる方

妊娠中の方、市が行う3～4か月児相談を受ける前までの母子

## サロンの内容、日程

日 時	内容
H29年 4月24日(月)	④ 助産師等の個別相談(希望者) ⑤ ミニ講話(赤ちゃんのこと、育児のことなど毎回テーマは変わります) ⑥ フリートーク など  ※母子手帳は必ずご持参ください。
5月22日(月)	
6月26日(月)	
7月24日(月)	
8月21日(月)	
9月 4日(月)	
10月16日(月)	
11月 6日(月)	
12月11日(月)	
H30年 1月22日(月)	
2月19日(月)	
3月19日(月)	

会場 笠間市友部保健センター 2階和室

申し込み 開催日の前日までに電話等でお申し込みください  
<申し込み先> 笠間市子育て世代包括支援センター(友部保健センター内)

～申し込み・問い合わせ先～



笠間市子育て世代包括支援センター(友部保健センター内)

0296(78)3155(専用電話)

または0296(77)9145(友部保健センター)