

お母さんの こころ と 身体 をケアします

## 宝塚市 産後ケア事業

赤ちゃんの  
お世話が不安授乳がうまく  
できない育児について  
相談したいこころと身体を  
休ませたい

出産後の悩みや不安、お母さんのこころと身体のケア、育児に関する相談について  
助産師等の専門スタッフが対応し、お母さんと赤ちゃんの健康をサポートします。

## 対象となる方

宝塚市内に住所を有する産後1年未満(児の1歳の誕生日の前日まで)  
の母親及び乳児、流産・死産を経験して1年以内の方

下記の①～③に当てはまる方は対象外

①母子のいずれかが感染症(麻疹、風疹、インフルエンザ等)に罹患している方

②母親に入院加療の必要がある方

③心身の不調や疾患があり、医療的介入の必要がある母親。(ただし、  
医師により本事業において対応が可能であると判断される場合には  
この限りではない。)

## ケアの内容

- ◎ 母親への保健指導、栄養指導(健康状態の観察、身体的ケア、栄養相談等)
- ◎ 母親の心理的ケア(EPDSを活用した相談支援等)
- ◎ 適切な授乳ができるためのケア(乳房ケアまたは授乳支援等)
- ◎ 育児の手技についての具体的な指導及び相談(育児発達等のチェック、  
離乳食相談、育児相談、児の抱き方・おむつ交換・沐浴・寝かしつけ  
等の指導・相談)
- ◎ 乳児の健康状態及び発育状態の確認

## 宿泊型



## 内 容

実施機関に宿泊し、助産師等がケアや  
サポートなどを実施

## 利用時間

実施機関で異なります

## 利用者自己負担額

1日あたり3,700円  
(例：1泊2日7,400円、食費含む)

生活保護世帯 無料  
市民税非課税世帯

## 利用証(最大)

4日分  
(1泊2日=2日分)

## 通所型



## 内 容

実施機関に通所し、助産師等が個別又  
は集団でケアやサポートなどを実施

## 利用時間

実施機関で異なります

## 利用者自己負担額

1時間あたり680円  
(例：3時間2,040円)

生活保護世帯 無料  
市民税非課税世帯

## 利用証(最大)

21時間分

## 訪問型



## 内 容

助産師等がご自宅へ訪問し、ケアや  
サポート等を実施

## 利用時間

実施機関で異なります

## 利用者自己負担額

1時間あたり250円  
(例：2時間 500円)

生活保護世帯 無料  
市民税非課税世帯

## 利用証(最大)

14時間分

複数の型の利用を希望する場合は、訪問型は1日2時間、通所型は1日3時間を  
基準時間として訪問型・通所型・宿泊型合わせて7日まで



## 利用例

複数の型の利用を希望する場合は、訪問型は1日2時間、通所型は1日3時間を基準時間として訪問型・通所型・宿泊型合わせて7日まで

妊娠中や産後ケア事業終了後は産前・産後サポート事業をご利用ください。

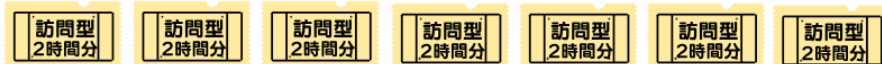
→P4へ

ご出産

産後  
1年未満  
(1歳の誕生日の前日まで)



訪問型 7回利用(2時間×7回)

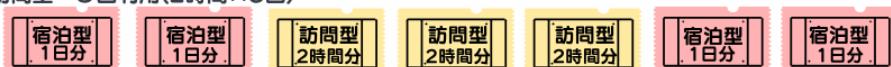


Aさん



宿泊型 4回利用(1泊2日×2回)

訪問型 3回利用(2時間×3回)

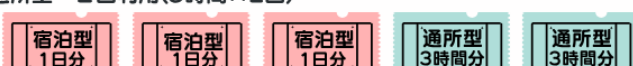


Bさん



宿泊型 3回利用(2泊3日×1回)

通所型 2回利用(3時間×2回)



Cさん

## 宿泊型のタイムスケジュール例

宿泊型

1泊2日(例)



**里帰りの例** (兵庫県内の他市町へ里帰りをした場合、兵庫県集合契約に参加している県内の産後ケア事業協力実施機関の利用が可能です。)



Dさん

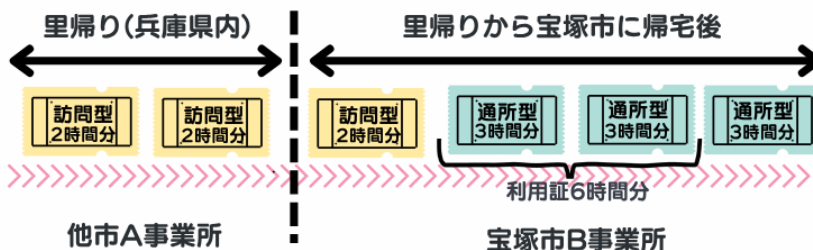
里帰り先にて

訪問型 2回利用(2時間×2回)

自宅に戻ってから

訪問型 1回利用(2時間×1回)

通所型 2回利用(6時間×1回、3時間×1回)



## 利用者の声

9割以上の方が満足されています

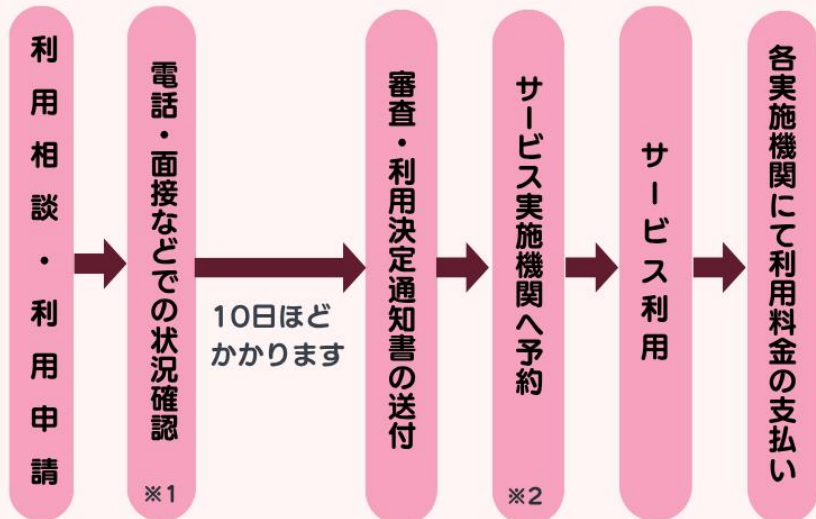
子どもと一緒に  
ゆっくり休めました

近くに親族がない  
ので助かりました

授乳の不安が軽減し、  
育児に自信が持てました



# ご利用までの流れ



- ・申請は出産後から受け付けています。健康センター（0797-86-0056）にお問い合わせください。（ご利用に関するご相談は妊娠中から可能です。出産後すぐに利用を希望する方は早めにご相談ください。）
- ・実施機関の受け入れ可能期間や空き状況によっては、ご希望に添えない場合がありますのでご了承ください。
- ・利用決定前に受けたケアは全額自費負担となります。

※1 利用開始までに市の職員が電話で希望されるケアの内容などを聞き取ります。

※2 大門医院と宝塚市助産師会は、市が初回利用日を調整します。

## 電子申請について

出産当日から申請可能です。申請の受付後に健康センター（0797-86-0056）から電話で希望するケアの内容の聞き取りをします。

電子申請フォーム  
（新規利用申請用）



## 市内実施機関のご案内

県内実施機関は県ホームページでご確認下さい。訪問型は助産師等が利用者の居宅でケアを実施します。

**訪**

**大門医院**

訪問型 月曜日・火曜日・木曜日（祝日除）  
10時～16時  
水曜日・金曜日（祝日除）  
13時半～16時

※産後1年以内

**訪 通**

JR宝塚駅  
阪急宝塚駅  
176号線

**助産所 ママズケア宝塚**

住 所 川面5-10-32  
川面マンション203号

TEL 0798-58-0209

月曜日～日曜日  
訪問型 9時～17時  
通所型 9時半～17時半

※産後1年以内

**訪 通 宿**

上の池公園  
142号線  
176号線

**産後ケア なないろ助産院**

住 所 泉町4-38  
TEL 0797-26-8886

月曜日～水曜日・金曜日

訪問型 10時～17時  
通所型 10時～16時  
宿泊型 10時～翌10時

木曜日・土曜日 訪問型 10時～13時

※産後1年未満  
※産後7か月未満  
※産後6か月未満

**通 宿**

JR中山寺駅  
335号線

**中村産婦人科**

住 所 中筋6-15-7  
TEL 0797-88-1103

通所型 ※産後6か月未満  
月曜日～土曜日（祝日除）  
10時～16時

宿泊型 ※産後2か月未満  
月曜日～日曜日  
10時～翌10時

**宿**

あいあいパーク  
JR宝塚線  
阪急山本駅  
176号線  
東公民館

**平野マタニティクリニック**

住 所 山本東3-14-5  
TEL 0797-80-4103

宿泊型 月曜日～日曜日  
13時～翌13時

※産後3か月未満

**通 宿**

宝塚歌劇場前  
176号線  
宝塚文化創造館

**サンタクルス ザ タカラヅカ**

住 所 武庫川町6-22  
TEL 0797-83-1188

月曜日～日曜日  
通所型 9時～15時  
宿泊型 11時～翌11時

※産後3か月未満



## キャンセル

### について

- ・利用変更・中止された場合のキャンセル料(自己負担)が発生する場合があります。  
利用前にキャンセル料の発生時期やキャンセル料等、確認した上で利用をお願いします。
- ・ご連絡がない場合は、キャンセル料をお支払いいただく必要がありますので、ご注意ください。  
(利用証はキャンセル料の支払いにはご利用になれません。)
- ・キャンセル料の取り決めは、実施機関により異なります。予約時によく確認してください。

## 注意事項

### について

- ・ご自宅での育児に向けて、助産師等の専門職がケアやアドバイス・相談を行います。
- ・通所型、宿泊型は母子同室となります。きょうだい児等の同伴の可否は実施機関により異なります。  
ご家族が同伴される場合や物品等を購入される場合は、別途費用が必要です。
- ・通所型・宿泊型利用のための交通費は実費負担となります。
- ・各実施機関の有料オプションは自己負担となります。詳細は各実施機関にご確認ください。

## その他のサービス

### について

### 産前・産後サポート事業 (有料：施設利用料 200円/回)

- ・妊娠中の悩み、出産や子育てに不安がある人に、助産師などが専門的に、  
また子育て経験者が日常の相談に応じます。
- ・「ほっとスペース 天(てん)」と「子育てサポート ほっこり」の2か所で実施しています。

対 象：市内在住の妊婦又はおおむね1歳までの子どもの保護者とその家族

内 容：専門相談、一般相談、電話・メール相談

専門相談：助産師等の専門職が、妊産婦に対して、  
集団又は個別に相談に応じます。

一般相談：子育て経験者が仲間の立場で妊産婦の話聞き、  
家庭や地域における孤立感の解消を図ります。  
また、必要に応じて専門相談につなぎます。

産前・産後サポート事業  
市ホームページ



←ほっとスペース天



子育てサポート  
ほっこり→

### 新生児訪問・未熟児訪問・赤ちゃん訪問 (無料)

- ・生後3か月以内の全ての乳児を対象に保健師や助産師がご家庭を訪問し、身体計測や育児相談を行います。
- ・新生児訪問・未熟児訪問を受けていない人は、生後1か月ごろに健康センターから送付する赤ちゃん訪問の  
案内に同封している記録票を返送してください。

### 乳幼児健診 (無料)

- ・4か月児健診、10か月児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診を健康センターで実施しています。
- ・健診日の前月に案内を郵送します。詳しくは、市のホームページをご覧ください。

## お問い合わせ先

宝塚市立健康センター(健康推進課) 産後ケア事業担当  
〒665-0827 宝塚市小浜4-4-1

TEL 0797-86-0056 (平日 午前9時～午後5時30分)

FAX 0797-83-2421

産後ケア事業  
市ホームページ

