

奥出雲町 病院産後ケアのご案内

出産後お母さんのからだと心は大きく変化しています。

「赤ちゃんのお世話、これでいいのかな・・・」「寝不足で疲れがとれない」

「授乳や育児のこと、誰かに相談したい」そんなお母さんのために

奥出雲町では、奥出雲病院で安心して受けられる産後ケアを行なっています。

「頼っていい」それが産後ケアです！ 育児は頑張りすぎなくて大丈夫。

安心して休み、相談できる時間を過ごしませんか？お気軽にご相談ください。

★利用対象者★

奥出雲町に住民票がある出産後から産後7か月未満（宿泊については5か月未満）のお母さんと赤ちゃん

★サービスの内容★

お母さんのケア（睡眠や休養のサポート、昼食の提供、リフレッシュ等）

赤ちゃんのケア（体重測定等の発育チェック、沐浴、授乳介助等）

相談（授乳・育児の相談・赤ちゃんのお世話の練習・必要時乳房マッサージ等）

★利用できる施設★ 当日は病院受付にお越しください

町立奥出雲病院（仁多郡奥出雲町三成1622-1）

名称	利用可能時間	利用者負担額（1日あたり）	利用期間
デイケア （日帰り）	9:30～ 16:00	昼食代700円	7日以内
ショートステイ （宿泊）	9:30～ 翌日9:00 （1泊）	生活保護世帯・非課税世帯 0円 その他の世帯 500円 食事代1食700円（食事は3食提供します）	

※利用の中止をされる場合は、2日前からキャンセル料（食事代全額）が発生します

★持ち物★ 来院時（駐車場から院内）は抱っこ紐やベビーカーでの移動が便利です！

◎利用決定通知書・健康チェックシート・母子健康手帳・利用料金・マイナンバーカード・医療費受給者資格証

◎赤ちゃんのお世話に必要な物：着替え（1～2組）、お気に入りのおもちゃ（あれば）、その他個別に必要な物

◎病院で用意している物：オムツ（Sサイズ）パンツ（Mサイズ）、おしりふき、ミルク（ほほえみ）、哺乳瓶、沐浴用タオル、ベビー泡シャンプー

※敏感肌やアレルギー等ある場合はご持参いただきますようお願いいたします。

【奥出雲町公式LINE】

★申込み方法★

- 奥出雲町公式LINEからの申請の場合：※LINE登録が必要です（右のQRコードより登録できます）登録後は、メニュー【妊娠・出産・子育て】⇒【子育て】⇒【産後ケア予約】より手続きできます。
- 利用申請書による申請の場合：申請書を記入し、こども家庭支援課に提出（申請書は奥出雲町ホームページからダウンロードまたは、こども家庭支援課にてお渡しできます）



お問い合わせ

（利用についての相談は妊娠中から可能です）

奥出雲町役場 仁多庁舎 こども家庭支援課内 『奥出雲町こども家庭センター』

仁多郡奥出雲町三成358-1 電話：0854-54-2504