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★

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５００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５００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

★利用する際の持ち物★　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・健康保険証またはマイナンバーカード・乳幼児医療費受給者資格証（受診の場合に必要）

◎赤ちゃんのお世話に必要な物　：　着替え、おむつ、おしりふき、ミルク哺乳のある方はミルク、哺乳瓶（１本）
（普段お出かけの際の物品でOK）　　お気に入りのおもちゃ（あれば）、その他個別で必要な物

★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）

【奥出雲町公式 LINE】

お問い合わせ

（利用についての相談は妊娠中からも可能です）

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』

所在地：仁多郡奥出雲町三成３５８－１　電話：0854-54-2504