

# 産後ケア事業のご案内

出産されたお母さんと赤ちゃんが退院後、安心して子育てできるよう、授乳指導や育児相談等について、実施医療機関で体を休めながら支援を受けられます。

## ●利用できる方

十日町市に住所があるお母さんとお子さんで産後ケアを希望する方

日中はパパが仕事で  
いない…  
お風呂に上手に  
入れられるかな…

体調が戻らない  
眠れない  
少し休みたい…



これで大丈夫かな？  
相談したい！

おっぱい・ミルクは足りているの  
かな？

## ●利用できるサービス内容

- (1) お母さんと赤ちゃんの健康管理、乳房管理および生活面の指導
- (2) 沐浴や授乳等の育児指導
- (3) その他必要とする保健指導

※個室、食事、沐浴付きです。  
(注1)

(注1) 沐浴は、実施施設により対象月齢が異なります。

※持ち物：十日町市産後ケア日帰り無料券（たかき医院のみ・1回限り）

のほか、詳しくは実施医療機関にご確認ください。



## 【お問い合わせ】

十日町市健康づくり推進課 母子保健係(十日町市こども家庭センター)

TEL025-757-9759

★詳しいご利用方法は、裏面をご覧ください。



## 利用方法・費用等

|                         |      | たかき医院                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 小千谷総合病院                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 申し込み先                   |      | たかき医院<br>025-758-2361                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 小千谷総合病院4階西病棟<br>0258-81-1600（代表）                                                                                                                                                        |
| 対象月齢                    |      | 原則生後3か月未満<br>(生後3か月から5か月未満は要相談)                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 宿泊型：生後1か月未満<br>日帰り型：生後4か月未満                                                                                                                                                             |
| 利用回数                    |      | 合わせて最長7日まで                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                         |
| 利用時間                    | 宿泊型  | 初日午前9時～最終日午後5時まで<br>※宿泊し、3食の食事提供を含む                                                                                                                                                                                                                                                                              | 初日午前9時～最終日午後4時まで<br>(初日及び最終日が土日にかかる利用はできません)<br>※宿泊し、3食の食事提供を含む                                                                                                                         |
|                         | 日帰り型 | 1日午前9時から午後5時まで<br>※1食の食事提供を含む                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 1日午前9時から午後4時まで<br>※1食の食事提供を含む                                                                                                                                                           |
| 1日当たりの<br>自己負担額<br>(注2) | 宿泊型  | 3,000 円                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                         |
|                         | 日帰り型 | 1,000 円                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                         |
| 持ち物                     | 共 通  | 母子健康手帳、マイナ保険証、受給者証、お母さんの着替え、赤ちゃんの着替え・お尻拭き・おむつ・ミルク・調乳用品（哺乳瓶、乳首、搾乳器など：必要な方）、ガーゼタオル、筆記用具                                                                                                                                                                                                                            | 母子健康手帳、マイナ保険証、お母さんの着替え・履物、赤ちゃんのお尻拭き、母乳パット                                                                                                                                               |
|                         | 宿泊型  | 洗面用具、タオル類、洗濯洗剤（必要な方）                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 洗面用具、タオル類                                                                                                                                                                               |
|                         | 日帰り型 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ＜生後1か月以上の場合＞<br>赤ちゃんの着替え・紙おむつ・調乳用品（哺乳瓶・乳首：必要な方）                                                                                                                                         |
| その他                     |      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・お母さんの病衣の貸出を希望する場合は、500 円/日かかります。</li> <li>※詳しくは、たかき医院ホームページ 産科＞産後健診・産後ケアページをご参照ください。</li> </ul>                                                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ミルク、沐浴用タオル、新生児用（生後1か月未満）の着替え・紙おむつ・調乳用具（哺乳瓶・乳首）は病院で用意します。</li> <li>・お母さんの病衣やタオル類の貸出を希望する場合は、396 円/日かかります。</li> <li>・沐浴は、1か月未満のみ実施します。</li> </ul> |
| 備 考                     |      | <p>（注2）</p> <p>① 1日あたりの金額です。宿泊型で1泊2日利用した場合、自己負担額は6,000円となります。</p> <p>② 生活保護世帯・非課税世帯（※）は無料です。<br/>※母子が属する住民票上の世帯員全員が市民税非課税の世帯です。</p> <p>③ 「十日町市産後ケア日帰り型無料券（たかき医院のみ）」を使用した場合、上記自己負担額の合計からさらに1,000円を差し引いた額となります。</p> <p>④ 実施医療機関において、その他サービスを利用した場合は、上記自己負担額の他に費用が発生する場合があります。</p> <p>⑤ 自己負担額は、実施医療機関へお支払いください。</p> |                                                                                                                                                                                         |
| 注意事項                    |      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・実施医療機関と相談したうえで利用開始になります。実施医療機関の空室の状況により、希望どおりの利用ができない場合もあります。</li> <li>・「十日町市産後ケア日帰り型無料券（たかき医院のみ）」は「妊婦・産婦・乳児 受診票」の冊子にあるものをご使用ください。</li> <li>・「十日町市産後ケア日帰り型無料券（たかき医院のみ）」を忘れた場合は、その割引を受けることができません。</li> </ul>                                                              |                                                                                                                                                                                         |