

倉敷市

産後ケア事業



こんなお悩み
ありませんか？

- ☑ 母乳で育てたいのにうまくいかない
- ☑ 育児や生活を手伝ってくれる人がいなくて… 休みたい
- ☑ 赤ちゃんのお世話で教えてほしいことがある

＝ 産後ケアを利用してみませんか？ ＝

「産後ケア事業」とは…

市の委託施設で休養をとったり、助産師などの専門家から育児や健康のアドバイスやケアを受けることができます。宿泊、日帰り、訪問があり、入所中は食事も提供されます。

(日帰りは昼食のみ)

宿泊産後ケア

施設にお泊まりしてケア

- * 心身がつかく休みたい方
 - * 一日を通して子育てや授乳等のアドバイスがほしい方
- におすすめ

日帰り産後ケア

短時間でケア

- * 乳房のケアをしてほしい方
 - * 授乳の仕方が分からない方
 - * 気分転換に外出してケアを受けたい方
- におすすめ

訪問産後ケア

ご自宅でケア

- * 家でゆっくりケアを受けたい方
 - * 自分の家に合った育児や授乳のアドバイスがほしい方
- におすすめ

利用できる方

倉敷市に住民登録がある母と乳児(1歳の誕生日の前日まで) ※で、産後ケアを必要とする方



利用料金

利用料金から市の負担額を差し引いた額を利用施設に支払います。

多胎出産の方は、市の負担額を
加算します。

事業名称	宿泊	日帰り	訪問
市負担料金	17,000円	7,000円	4,000円
(多胎出産の場合)	22,500円	10,500円	6,000円
利用上限	7泊まで	5日まで	3回まで



- ・宿泊、日帰り、訪問を合わせて利用することもできます。
- ・利用上限は1回の出産あたりです。
- ・利用料金は施設により異なります。詳しくは利用を希望する施設へおたずねください。
- ・多胎出産の方は、市の負担額を加算します。
- ・市民税均等割以下の世帯の方、生活保護世帯の方、災害により被災された方(3か月以内)は、市負担額の増額を受けることができます。申請時にお申し出ください。

利用の流れ

1 市へ利用申請する

窓口または電子による申請ができます。
出産後早めに申請しましょう。
申請にはおやこ(母子)健康手帳が必要です。

倉敷市産後ケアホームページ

こちらから、
利用できる施設の確認
電子申請が可能です。



※利用を希望する施設へあらかじめ空き状況、料金などをおたずねください。
利用できる施設は倉敷市のホームページをご確認ください。
※宿泊・日帰り・訪問の種別を一度にまとめて申請できます。

2 市から決定通知書と利用券が届く

3 産後ケアを受ける

利用券を施設に提示してください。
自己負担額を施設に支払ってケアを受けてください。

4 施設の変更や種別(宿泊・日帰り・訪問)の追加などをするとき

利用する前に窓口または電子による変更申請が必要です。
※現在お持ちの利用券を必ず返却してください。

申請窓口

- ♥ **倉敷保健推進室** 倉敷市保健所 健康づくり課
☎086-434-9822 笹沖170番地 倉敷市保健所 1階
- ♥ **児島保健推進室** 児島保健福祉センター
☎086-473-4371 児島小川町3681-3 児島支所 1階
- ♥ **玉島保健推進室** 玉島保健福祉センター
☎086-522-8113 玉島阿賀崎 1-1-1 玉島支所 1階

- ♥ **水島保健推進室** 水島保健福祉センター
☎086-446-1115 水島北幸町 1-1 水島支所 2階
- ♥ **真備保健推進室** 玉島保健福祉センター
☎086-698-5111 真備町箭田1141-1 真備支所 1階

産後ケア事業に関するお問い合わせはこちら
倉敷市保健所 健康づくり課

☎ 086-434-9820

妊娠中から子育てのことなどのご相談は

妊婦・子育て相談ステーション
すくすく をご利用ください

ひとりで抱え込まずに、ちょっとした疑問や不安な気持ちなど、
お気軽にご相談ください。

●「妊婦・子育て相談ステーション すくすく」直通電話です。妊娠から、出産、
子育てまで、気軽にお電話ください! 「すくすく相談員」がお答えします!

「妊婦・子育て相談ほっとライン」**わむわむ**

- ・倉敷 TEL 424-
- ・児島 TEL 472-
- ・玉島 TEL 523-
- ・水島 TEL 446-
- ・真備 TEL 697-

わむわむ
0606

相談受付時間 8:30~17:15(月~金)
※土日祝祭日、年末年始12/29~1/3休み

下4ケタは
共通!

0606
wam wam!



「わむわむ」ダイヤルだよ! 覚えてね