# 鈴鹿市　産後ケア

令和８年度 10 月

## 利用できる方

鈴鹿市に住民票がある産後1年以下の親子で、助産師等の指導を希望する方
〈宿泊型・通所型〉生後4か月未満　　〈訪問型〉 生後1年以内

## 内容

宿泊型・通所型は実施施設で母子同室にて、訪問型は助産師が自宅へ訪問しケアを行います。
お母さんのからだとこころのケア、育児についてのアドバイスが主な内容です。

**利用者の声**（令和7年度利用者アンケートより）
「授乳方法を教えて頂き不安が減った」　「気軽に相談でき、頼れる人・場所があることがありがたかった」
「赤ちゃんを見てもらえることで気持ちに余裕ができてまた頑張ろうと思えた」

## 利用の流れ

利用について相談 → 申請 → 承認 → 施設と日程調整 → 利用

## 種類と自己負担額

※申請時点で住民税非課税世帯、生活保護世帯の方は無料です。

| 種類 | | 自己負担額 | | 多胎児追加分（1人につき） | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | 5回目まで（公費助成あり） | 6回目以降 | 5回目まで（公費助成あり） | 6回目以降 |
| 宿泊型 | 開始日 9時～<br>終了日 16時頃<br>1日3食 朝昼夕<br>（開始日と終了日は2食） | 1泊2日 1,000円<br>以降1日ごとに<br>500円追加 | 1日3,000円 | 0円 | 1日 1,000円 |
| 通所型 | おおむね<br>9時～16時頃<br>1日1食 昼 | 0円 | 2,000円 | 0円 | 900円 |
| 訪問型 | 9時～17時までの<br>2時間程度 | 0円 | 1,200円 | 0円 | 600円 |
| 利用回数 | | あわせて最大7日まで<br>※1泊2日＝2日（宿泊型を1泊2日利用する場合、チケット2枚使用します） | | | |

**※施設によっては部屋代などの追加料金が必要です。**

**★利用日の変更・キャンセルについては、前日正午までに施設にご連絡ください。**
**それ以降の変更は、状況確認のため市から聞き取りさせていただきます。**

### 注意点

- 上のお子様は同伴できませんのでご了承ください。
- 家事支援を目的としたものではありませんので、ご注意ください。
- 訪問型を利用の際には、駐車場をご用意頂きますようお願いします。
  （駐車場代金が必要な場合は、利用者負担でお願いします。）
- 感染症の場合は利用できませんので、体調が万全でない場合は事前に施設にご相談ください。

出産後の申請は
こちら

## 申込方法

右記の【産後ケア事業利用フォーム】にてご回答ください。
回答にはパスワードが必要です。こども保健課までお問合せください。
ご利用日程は、利用承認後に産後ケア実施施設と調整となりますので、お早めにご相談ください。
妊娠中から申請できます。ご希望の方は、こども保健課までお問い合わせください。

## 実施施設一覧

利用日については、施設の空き状況によるためご希望に添えない場合があります。
※以下の施設では、各医療機関・助産所で出産した産婦さんのみ利用できます。

| 医療機関・助産所名 | 所在地及び電話番号 | 宿泊型 | 通所型 | 訪問型 | 備考 |
|---|---|---|---|---|---|
| 白子ウィメンズホスピタル | 鈴鹿市南江島町 9-15<br>059-388-2221 | ○ | ○ | | 2か月まで可<br>※利用には別途部屋代等が必要です。 |
| 宮崎産婦人科 | 鈴鹿市平田二丁目 1-8<br>059-378-8811 | ○ | ○ | | |

※以下の施設では、助産所以外で出産された産婦さんも利用できます。

| 助産所名 | 所在地及び電話番号 | 宿泊型 | 通所型 | 訪問型 | 備考 |
|---|---|---|---|---|---|
| マタニティハウスひまわり | 鈴鹿市高塚町 1066-31<br>059-370-4970 | | ○ | ○ | 4か月まで可 |
| 助産所　ははみちる<br>（助産師：前田　亮子） | 鈴鹿市郡山町<br>090-3968-7653 | | | ○ | |
| 助産所　ひっつきむし<br>（助産師：打田　祐希） | 鈴鹿市竹野<br>090-5034-3749 | | | ○ | |
| きわ　助産所<br>（助産師：山中　希和） | 鈴鹿市南玉垣町<br>090-9050-2073 | | | ○ | |
| とも　助産所<br>（助産師：渡部　友見） | 鈴鹿市中旭が丘<br>090-2132-6980 | | | ○ | |
| うららか<br>（助産師：鈴木　真実） | 鈴鹿市稲生塩屋<br>090-2501-0328 | | | ○ | |
| レディースケア　アントラクト<br>（助産師：宇佐美　和代） | 菰野町神森 420-3<br>090-1982-9019 | | ○ | △<br>（要確認） | |
| みわ助産所　母乳育児相談室<br>（助産師：櫻井　美和子） | 津市一身田上津部田<br>090-9566-6537 | | ○ | ○ | |

**※助産所については、（一社）三重県助産師会に委託しておりますので、上記以外の施設も可能です。**

産後ケア実施助産所は、三重県助産師会のホームページをご覧ください。
三重県助産師会 HP　https://www.mie-midwives.or.jp/

## お問い合わせ

鈴鹿市　こども保健課（保健センター内こども家庭センター）
TEL：059-382-2252（平日8時30分～17時15分）　FAX：059-382-4187