

# 鈴鹿市 産後ケア

## 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)

「大変さに寄り添ってくださり、心が救われます」「会話ができたことで心が軽くなった」  
「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

担当者  
と面接

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～ 終了日 16時頃 1日3食 朝昼夕 (開始日と終了日は 2食)	500円	3,000円	0円	1,000円
通所型	おおむね 9時～16時頃 1日1食 昼	0円	2,000円	0円	900円
訪問型	9時～17時までの 2時間程度	0円	1,200円	0円	600円

## 注意点

- 最長7日間です。利用種類を組み合わせても、連続していなくてもかまいません。
  - 上のお子様は同伴できませんので、ご了承ください。
  - 準備物品については施設にご確認ください。部屋代等追加料金が必要な施設もあります。
  - 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。
  - 訪問型を利用の際は、駐車場をご用意頂きますようお願いいたします。  
(駐車場代金が必要な場合は、利用者負担でお願いします。)
  - 利用日の変更については、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、キャンセル状況の確認のため、市から聞き取りをさせていただきますのでご了承ください。  
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。

## 🌸 申込方法

鈴鹿市内の通院されている産婦人科・助産所、またはこども保健課にご相談ください。  
 鈴鹿市担当者が面接等にて状況を確認後、「鈴鹿市産後ケア事業利用申請書」を提出いただきます。  
 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。

## 🌸 実施施設一覧

※以下の施設では、各医療機関で出産した産婦さんのみ利用できます。

医療機関名	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 9-15 059-388-2221	○	○		2か月まで可
宮崎産婦人科	鈴鹿市平田二丁目 1-8 059-378-8811	○	○		

※以下の施設では、医療機関・助産所以外で出産された産婦さんも利用できます。

医療機関名・助産所名	所在地及び電話番号	宿泊型	通所型	訪問型	備考
鈴木レディースクリニック	鈴鹿市平野町 7740-1 059-370-5151	○	○		3か月まで可
助産所 ははみちる (助産師:前田 亮子)	鈴鹿市郡山町 090-3968-7653			○	
助産所 ひつつきむし (助産師:打田 祐希)	鈴鹿市竹野 090-5034-3749			○	
きわ 助産所 (助産師:山中 希和)	鈴鹿市南玉垣町 090-9050-2073			○	
とも 助産所 (助産師:渡部 友見)	鈴鹿市中旭が丘 090-2132-6980			○	
うららか (助産師:鈴木 真実)	鈴鹿市稲生塩屋 090-2501-0328			○	
マタニティハウスひまわり	鈴鹿市高塚町 1066-31 059-370-4970	○	○	○	4か月以上要相談 ※ひまわり以外で 出産の方は、通所 からのご利用にな ります。

※利用日については、状況によってご希望に添えない場合があります。

※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「産後ケア事業実施助産師」一覧

<https://midwife.main.jp/sango%20care2026.pdf>



## 🌸 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

住所: 鈴鹿市西条五丁目118番地の3

令和8年度

