

ママに、もっとスマイルを 奈良市すまいる mama サポート

産後ケア事業の案内

家事から離れてゆっくり
赤ちゃんとお過ごししたい。
なんとなく育児がこれで
いいの不安...



できれば母乳で育てたい。
でも母乳足りているか不安...
産後すぐだから、どこかに
行くのもしんどいなあ



お兄ちゃん(3歳)が園に
行っている間に、赤ちゃんの
相談をゆっくりしたい



お母さんが自宅で安心して育児できるように

助産院や産科医療機関で宿泊や日帰り、訪問でケアを受けられます

● ショートステイ（宿泊型）※昼食、夕食、翌日朝食の提供あり

おおむね 10 時～翌日 10 時の時間内（ただし、利用時間は各施設によって異なります）

● デイケア（日帰り型）※昼食の提供あり

おおむね 10 時～16 時の時間内

● アウトリーチ（訪問型）

9 時～17 時の時間内に 上限 2 時間

ケアの内容

- 赤ちゃんとお母さんの体調管理
- 赤ちゃんに関する育児相談
- 乳房ケアや授乳の相談
- お母さんの不安に関する相談等

【対象者】

- 奈良市に住民票がある、出産後 1 年未満のお母さんとその赤ちゃん
- 死産・流産を経験されたお母さん

※受診や治療が必要な場合や感染症の疑いがある場合、ご利用いただけないことがあります。
※託児目的でご希望の場合は、一時預かりなどの他サービスのご利用をご検討ください。

【利用の流れ】

希望の平日 3 日前(年末年始除く)までに、お早めに電子申請を。

※妊娠 28 週以降から申請可能です。利用承認は出産後になります。

【利用回数・料金】

利用方法	利用上限	費用
ショートステイ（宿泊型）	7泊まで	1泊1,000円
デイケア（日帰り型）	合わせて	1日500円
アウトリーチ（訪問型）	7日まで	

※キャンセル・利用日変更は利用日前日の午前 10 時までに利用施設にご連絡ください。それ以降のキャンセルは利用料が発生しますのでご注意ください。
※アウトリーチ（訪問型）にて、駐車場が必要な場合駐車料金は利用料と別に、利用者負担になります。
※生活保護世帯の方は、費用はかかりません。申請時に生活保護の確認ができるものが必須です。

詳細は奈良市 HP をご確認ください 「奈良市 すまいる mama」で検索 >>>>

【お問い合わせ】奈良市母子保健課 奈良市三条本町 13-1 3F

TEL: 0742-34-1978 (平日 9 時～17 時 土日祝除く)

