

# 奈良市産後ケア事業のご案内



## ママに、もっとスマイルを 奈良市すまいるmamaサポート

出産後のお母さんが安心して育児ができるように、宿泊や日帰りで助産師等によるケアを提供します。

### 利用できる方

利用の可否には審査があります。

- ❖ 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
  - ❖ ご家族等から家事、育児等の十分な援助が受けられない方
  - ❖ 産後にお母さんの体調不良や育児不安等がある方
- ※ 医療が必要な方、感染症の疑いがある方はご利用いただけません。



### ケアの内容

お母さんやご家族がご自宅で安心して育児ができるようにサポートします。

- ❖ お母さんと赤ちゃんの体調管理
- ❖ 赤ちゃんのお世話の仕方や育児相談
- ❖ 乳房のケアや授乳の相談
- ❖ お母さんの不安に関するご相談

#### <産後ショートステイ（宿泊型）>



#### <産後デイケア（日帰り型）>



- ❖ 利用の開始・終了時間や内容は施設や訪問者ごとに異なる場合があります。
- ❖ 託児については、一時預かりなど他のサービスのご利用をご検討ください。

タイムスケジュール(例)



### 利用料

利用料	一般世帯	生活保護世帯	利用上限
産後ショートステイ（宿泊型）	1泊 1,000円	無料	7泊
産後デイケア（日帰り型）	1日 500円	無料	7日

- ※ 一般世帯には、市民税課税世帯・市民税非課税世帯が該当します。
- ※ 生活保護の方は申請時に確認できるものが必要です。
- ※ 多胎の追加料金は、無料です。
- ※ 利用料は直接利用施設にお支払いください。

～お問い合わせ先～

奈良市母子保健課 奈良市三条本町13番1号（はぐくみセンター3階）  
TEL：0742-34-1978  
平日8:30～17:15（土日祝除く）

ホームページはこちら



# 利用のご案内

## 1. 利用の申し込み

- ❖ 利用を希望される方は、**ホームページから申請フォーム**にご入力ください。
- ❖ 申請後数日以内に奈良市母子保健課（TEL：0742-34-1978）からご連絡いたします。ホームページから申請フォームのご入力に難しい方は直接お問い合わせください。



申請フォームはこちら

### 申請について

- ❖ 利用には申請が必要です。申請フォームへのご入力、もしくはホームページで申請書をダウンロードしご提出ください。
- ❖ 原則、面接が必要です。ご希望の内容やご家庭の状況、お母さんと赤ちゃんの様子や育児の困りごと等をお伺いします。
- ❖ 申請は**妊娠 28 週以降**から可能です。利用の決定は出産後になります。

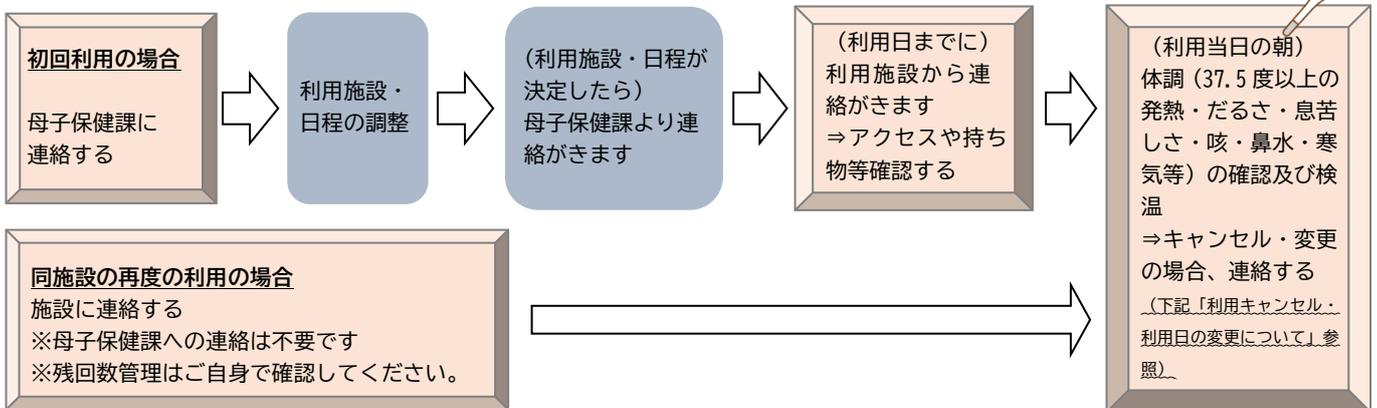
### 注意事項

- ❖ 調整に日数を要しますので、**3日前（土日祝日及び 12/29～1/3 を除く）**までにご連絡ください。
- ❖ 利用先で受けるサービス（オプションを含む）については、利用先から内容等について十分説明を受け、合意したうえでご利用ください。
- ❖ 利用先で受けるサービス（オプションを含む）上で起きたトラブル・事故については、直接利用先にご相談ください。
- ❖ それ以外の内容等で不都合等が生じた場合は、母子保健課へご連絡ください。

## 2. 利用の決定

**出産後**に審査の上、承認・不承認の結果をご連絡致します。後日、**通知書と利用記録**を送付します。

## 3. 利用の流れ（利用承認後）



### <持ち物リスト> 各施設で準備されているものもあります

- |                                    |   |   |
|------------------------------------|---|---|
| <input type="checkbox"/> 母子健康手帳    | <input type="checkbox"/> お母さんの着替え、下着類   | <input type="checkbox"/> 産褥パット又は生理用ナプキン         |
| <input type="checkbox"/> 健康保険証     | <input type="checkbox"/> 洗面用具、入浴グッズ     | <input type="checkbox"/> 母乳パット                  |
| <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー | <input type="checkbox"/> タオル・バスタオル      | <input type="checkbox"/> (オムツ)                  |
| <input type="checkbox"/> コップ・箸等    | <input type="checkbox"/> 赤ちゃんの肌着・ベビーウェア | <input type="checkbox"/> (ミルク・哺乳瓶・搾乳器・乳頭保護器 など) |
| <input type="checkbox"/> スリッパ      | <input type="checkbox"/> おくるみ・ガーゼハンカチ   |   |

### ◆◆◆◆◆ 利用キャンセル・利用日の変更について ◆◆◆◆◆

**利用日前日の午前10時まで**に、利用施設にご連絡をお願いします。

期日までにご連絡がない場合は、**利用料が発生、利用回数が減少**しますので、ご注意ください。

- ❖ 期日までのご連絡ができなかった場合は、施設へ料金をお支払いいただき、利用記録に記載をしてもらってください。
- ❖ ただし、地震、水害、その他の災害などにより連絡ができなかった場合は、これにはあたりません。
- ❖ ご不明な点があれば、**奈良市母子保健課（TEL：0742-34-1978）**にお問い合わせください。