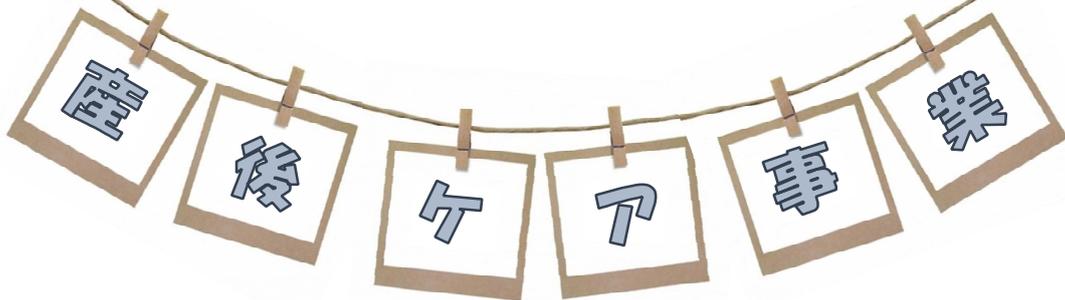




～産後のお母さんを応援します♪～



出産後、自宅に帰っても相談する人がいなくて不安、授乳がうまくできない、赤ちゃんのお世話の仕方や生活リズムがわからないなど、育児等の支援が必要な方が利用できます。



利用できる方

下記のいずれかにあてはまる産後1年未満のお母さん

- ①申請・利用の時点で名寄市民の方
- ②産後の体調や育児に不安を感じている方

**※医療行為が必要な方は利用できません。**



内容

助産師が自宅に訪問、または利用される方が助産所へ来所し

- ①お母さんの産後の体調のこと
  - ②乳房のセルフケアのこと
  - ③授乳や沐浴等の育児手技についてのこと
- などの相談に応じます。



料金など

利用者自己負担額	1回 1,000円
利用時間	1日1回1時間程度(最大2時間)
利用回数	最大5回まで

※市民税非課税世帯・生活保護世帯の自己負担は、免除されます。



## 利用方法

### 1) 利用の申し込み

産後ケア事業の利用を希望される方は、事前に「名寄市産後ケア事業利用（登録）申請書」を保健センターに提出します。申請には、母子健康手帳と印鑑をお持ちください。

（外出が困難な方には、保健師がお伺いします。）

課税状況等を審査のうえ、利用決定通知書を発行します。

### 2) 利用開始

①利用者が委託助産所と直接連絡をとり、予約をしてください。

②委託助産所の予約状況により、ご希望に添えない場合があります。

### 3) 利用の注意点

①利用のキャンセルは、**利用日の前日まで**に委託助産所に直接ご連絡ください。

②利用者自己負担金は、委託助産所に直接お支払いください。

③利用時は、母子健康手帳をご用意ください。



## 委託助産所

### のぐち母乳育児相談室

住所：名寄市西 10 条南 9 丁目 48-60

電話：090-8633-7841

ホームページ



公式LINE



問い合わせ：名寄市保健センター

♪住所：名寄市西 2 条北 5 丁目

♪電話：01654-2-1486