

令和6年4月1日以降に出産された方は助成額が変更になります

諏訪市産後ケア・サポート事業

出産後、授乳がうまくいかない、赤ちゃんのお世話の仕方が分からないなど、不安のあるお母さんが安心して育児に専念できるよう「産後ケア・サポート事業」を行っています。

産後ケア事業



◆産後ケア事業（訪問・相談）

助成券を利用して、医療機関や助産所または自宅で母乳相談や育児相談を受けることができます。

1. 助成の金額と枚数等

- 妊娠届出時に1枚1,000円の助成券を10枚発行します。個別相談での利用が可能です。
- 利用料は助成券を用いてお支払いください。
- 利用料が1,000円を超える場合に利用することができます。
- 利用料を超える助成券の枚数は使用できません。

例：3,500円の利用料を助成券4枚で支払うことはできません。

助成券3枚と自己負担500円で支払います。

- 助成額を超える費用は自己負担となります。

2. 利用できる方・・・諏訪市に住民票があり、出産の日から1年6か月以内にある方。

(流産・死産された方もご使用いただけます。)

3. 利用できる施設・・・別紙をご覧ください。

4. 利用方法・注意事項

- 別紙の利用可能施設に事前に予約をしてください。
- 医療機関で行っている健診や集団指導では利用できません。
- 利用の際はお名前・ご住所・出産日等をご記入の上、助成券と母子健康手帳及び本人確認ができるもの（医療被保険者証・運転免許証等）を施設に提示してください。
- 本人以外は利用できません。
- 市外に転出された場合には、助成券は利用できません。



◆産後ケア事業（宿泊・通所型）

お母さんと赤ちゃんが、病院等でからだところをゆっくり休めながら、産後のケアや育児サポートを受けることができます。

1. 事業の内容

- お母さんと赤ちゃんの健康状態のチェック
- お母さんの休養、リフレッシュ
- 乳房ケアと授乳の指導
- 沐浴、自宅での子育てや生活面の相談・指導など

2. 利用できる方

諏訪市に住所があり、※産後1年までの産婦さんと赤ちゃんで、育児支援者がいない方や近親者に相談者がいない方のうち、以下のいずれかの条件を満たす方。

- 産後の体調の回復に不安がある方
- 初産婦などの理由で、育児に不安を持っている方
- 産後の経過に応じた休養、栄養管理などの日常生活について助言や相談を必要とする方

※医療機関、助産所によって利用可能期間は異なります。

3. 申請時に必要なもの

① 産後ケア事業利用申請書

保健センター窓口にあります。また、市のホームページからもダウンロードできます。

② 母子健康手帳

4. 利用できる施設・利用料・その他

- 利用可能施設は別紙をご覧ください。
- 利用料、持ち物は各施設異なりますのでお問い合わせください。

利用料の8割を市が負担します。自己負担額を利用施設へお支払下さい。

(市民税非課税世帯・生活保護世帯は無料)

- 上限7日まで
- 利用時間に応じた回数の食事の提供があります。(食事代は利用料金に含まれます。)
- 多胎児につき、加算(1人2,000円)があります。



産後サポート事業

養育支援を必要とする家庭にヘルパーなどが訪問し、育児や家事の支援を行うことで育児不安を軽減します。

1. 利用できる方

- 諏訪市に住所のある方。
- 退院後6か月未満の産婦さんで、家族等の支援がなく、初めての育児等で不安のある方。
(多胎児の場合は、出産して1年以内にある方)

2. 利用方法

- 利用をお考えの方は事前にご相談下さい。



<お問い合わせ・申し込み先>

諏訪市保健センター

〒392-0027

諏訪市湖岸通り5-12-18

TEL 0266-52-4141 (内線 592)