



産後ケアをご利用ください

～四万十町～
R7年9月作成

産後ケアとは、出産後の母親と赤ちゃんの心身の健康をサポートするケアのことです。母親の身体の回復、育児サポート、精神的なケア、授乳指導など、様々な支援が含まれます。①宿泊型や②通所型、③訪問型があります。助産師などの専門職が1人1人の悩みに応じてくれます。

たとえば…

寝不足が続いて
疲れがたまっている

授乳がうまくできない

あかちゃんの成長が
気になる

何となく不安で
誰かに相談したい

そんな時は
産後ケア！



【対象者】

四万十町に住民票があり、産後1年以内のお母さんと赤ちゃん（※一部施設を除く）

【利用回数】

①宿泊型と②通所型は、①②合わせて：7回まで
③訪問型は4回まで

【産後ケア施設】

①宿泊型

- ・高知赤十字病院
- ・浅井産婦人科・内科
- ・はぐあす
- ・市立宇和島病院
- ・アニタ助産院

②通所型

- ・高知赤十字病院
- ・浅井産婦人科・内科
- ・はぐあす
- ・市立宇和島病院

③訪問型

- ・役場の助産師が訪問します

【利用方法】

- ・利用を希望する日の7日前までに、役場へ申請書を提出してください。
- ・申請書は、町のホームページからもダウンロードできます。
- ・退院後すぐに利用したい場合は、妊娠8か月(妊娠32週)から申請が可能です。
- ・実施施設や詳細は、町のホームページをご確認ください。

<https://www.town.shimanto.lg.jp/life/detail.php?hdnKey=11099>

【注意点】

- 宿泊型は開始時刻から24時間以内で1回です。
- 通所型は10時から16時までで1回です。
- 原則、食費は利用料に含まれています。

【申請窓口】

電話

本庁	こども家庭センター「楓」 (四万十町役場健康福祉課内)	22-3115
大正	大正地域振興局 町民生活課	27-0112
十和	十和地域振興局 町民生活課	28-5112