

# 土佐町産後ケア事業のご紹介

## 産後ケア

出産後のお母さんが安心して子育てができるように、育児に関する不安を和らげ、心身のケアや産後の生活を応援します。

気持ちをリフレッシュしたい。

母乳・ミルクは足りているかな？  
体重が増えているか心配…



赤ちゃんの育児で精いっぱい家事をするのがしんどい。  
少し休みたい。

## 利用できる方

土佐町に住民票のある、産後1年未満のお母さんと赤ちゃん

## 産後ケア事業の種類

宿泊型:産後ケア施設に宿泊してケアを受ける  
通所型:産後ケア施設等に日帰りでケアを受ける  
訪問型:助産師等が自宅に伺い相談や支援を受ける

## ケアの内容

- ・お母さんと赤ちゃんの体調管理
- ・お母さんの乳房ケア・授乳相談
- ・育児に関する具体的な指導や相談 ・休息 等



## 利用できる回数等

	宿泊型 (お泊り利用)	訪問型 (ご自宅で利用)	通所型(町内・町外) (日帰り利用)
利用日数 回数	最大6泊 (1泊から利用可)	10回まで利用可	10回まで利用可※町外の場合 (町内の通所型の場合は利用回数 に制限なし:別紙パンフレット参考)
食事	1日3食提供	なし	昼食の提供
利用料	無料(オプション利用の場合は 別途自己負担あり)	無料	無料

※町内の通所型については、別紙のパンフレットをご覧ください

産後ケア施設の宿泊型では個室に宿  
泊し、食事の提供があります

## 産後ケア施設の一例

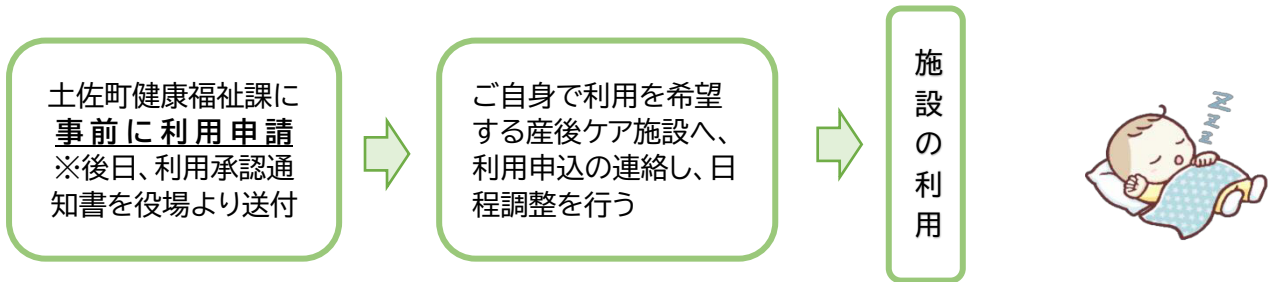


食事の例



## 宿泊型・市内通所型

### 利用までの流れ



※注意※ 日程変更やキャンセルの場合は、必ず予約施設または土佐町健康福祉課までご連絡ください。

#### ◇委託先施設

\*高知赤十字病院(高知市秦南町1丁目 4-63-11) TEL:088-822-1201

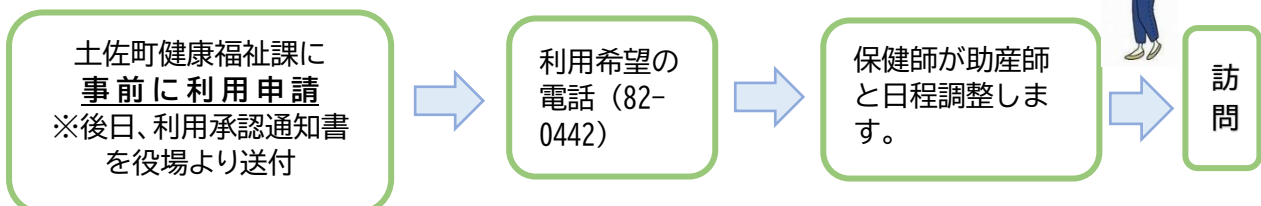
\*アニタ助産院(高知市長浜 3 番地) TEL:088-841-3000

\*はぐあす(高知市朝倉甲 303 番地 10) TEL:088-855-5740

\*助産院なないろ高知(高知市介良乙 2661-7) TEL:088-855-7719

## 訪問型

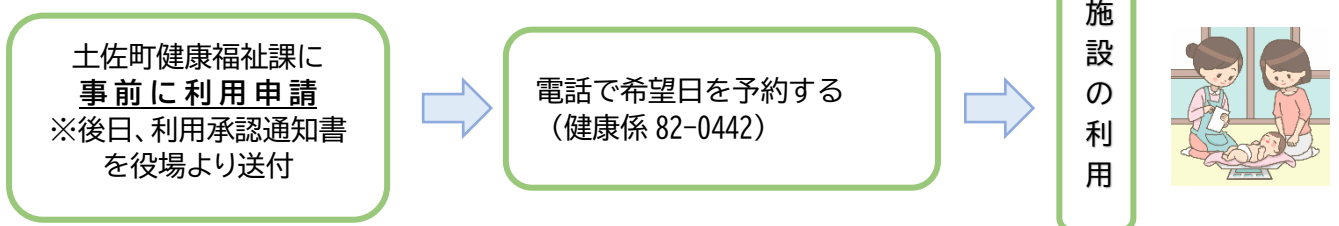
### 利用までの流れ



※注意※ 日程変更やキャンセルの場合は、必ず予約施設または土佐町健康福祉課までご連絡ください。

## 町内通所型

### 利用までの流れ



※月 1 回、町内の施設で行います。詳しくは別紙のパンフレットをご覧ください。

#### 【産後ケアの申請・お問い合わせ】

〒781-3492 土佐町土居 194 TEL:0887-82-0442

土佐町役場 健康福祉課 健康係 FAX:0887-70-1312

