

高鍋町 産後ケア事業のご案内



産後はお母さんのからだ・こころの変化が大きく、育児への不安を感じる時期です。

産後ケア事業ではお母さんの心身をケアし、子育てをサポートいたします！

産後ケアの内容

- ・ お母さんの体調回復のためのケアや保健指導（からだ・こころのサポート）
- ・ 適切な授乳、沐浴方法等の指導
- ・ 育児での困りごと等の相談、具体的な指導 …等



対象の方

高鍋町に住民票がある産後1年未満のお母さんとその赤ちゃんで、

- ・ 産後に心身の不調がある方
- ・ 育児に対する不安がある方
- ・ その他、産後の日常生活について支援が必要な方

産後ケアを利用できるのは、赤ちゃんが1歳の誕生日を迎える前日までです。



※以下に該当する方はご利用できません。

- ・ お母さん、赤ちゃんのいずれかが感染性疾患にかかっている場合
- ・ 入院や医療行為が必要な場合

サービスの種類

- ・ 訪問型産後ケア
 - ・ 通所型産後ケア
 - ・ 宿泊型産後ケア
- 訪問型・通所型産後ケアについての詳細は、裏面をご覧ください。



↓宿泊型産後ケアの詳細は、高鍋町こども家庭センター『オヤトコ』にお問い合わせください。

訪問型産後ケア

ケアの内容

宮崎県助産師会所属の助産師がご自宅へ訪問し、産後や育児の困りごと等の相談対応・産後の心身回復のためのケアや保健指導・授乳や沐浴方法等の指導を行います。高鍋町にお住まいの方が利用できる助産院については、右のQRコードから詳細をご覧ください。



利用料金

訪問1回につき500円。料金は、訪問した助産師に直接お支払いください。

回数・利用時間

5回まで、1回2時間程度。



利用方法

要申請。ご希望の方は高鍋町こども家庭センター『オヤトコ』までご連絡ください。

通所型産後ケア（産後ケアルーム）

ケアの内容

① 理学療法士による個別ボディケア ② 理学療法士による集団ストレッチ指導 ③ 保健師・管理栄養士等への育児相談…等。

開催場所・日時

イワケン健康づくりセンター（高鍋町健康づくりセンター）

毎月第4火曜日 10時～15時 ※令和8年9月は第5火曜日、令和9年2月は第2火曜日開催。

予約・申請

- ① 理学療法士による個別ボディケア
↳ 要予約。ご希望の方は高鍋町こども家庭センター『オヤトコ』までご連絡ください。
多くの方にケアを受けていただけるよう、利用は原則1回までです。
- ② 理学療法士による集団ストレッチ指導 ③ 保健師・管理栄養士等への育児相談
↳ 予約不要、回数制限なし。

利用料金

無料。

