

# 伊賀市産後ケア

出産後、育児方法がよくわからない、授乳がうまくいかない、体が不調等の理由でゆっくり休みながら育児をしたい、手伝ってくれる人がいなくて不安など、出産後に育児の支援や相談を希望する方を対象に、伊賀市産後ケアを実施しています。

## 【利用できる方】

伊賀市に住民票がある、産後1年未満の母親と赤ちゃんで、育児や授乳等不安、育児支援や相談を希望される方(専門的医療対応が不要な方)

## 宿泊型

1泊2日又は2泊3日  
(2食又は3食付)

### 【実施日】

出産退院後 月～土曜日  
(休業日：12月29日  
～1月3日)

## 通所型

日帰り、日中  
おおむね8時間程度(1食付)

### 【実施日】

月～金曜日 9～17時  
(休業日：日曜日・祝日  
12月29日～1月3日)

## 訪問型

助産師訪問  
日中おおむね1～2時間程

### 【実施日】

月～金曜日 9:30～15時  
(休業日：土曜日・日曜日・  
祝日・12月29日～1月3日)

- ◎【内容】母体や乳児のケア・授乳や沐浴指導・育児相談等を、3つの型から選べます。  
利用日数はサービスを組み合わせて最長7日間(宿泊型は3日間)です。  
連続していなくても構いません。
- ◎【費用】産後ケアにかかる自己負担は無料ですが、その他実費負担が生じることがあります。
- ◎【準備物】日用品やオムツ等、施設にご確認ください。
- ◎【その他】利用施設等での飲酒や喫煙は禁止です。託児を目的とした事業ではありません。  
お子さんの兄弟へのサービスは含まれません。  
インフルエンザやコロナウイルス等の感染症にかかっている場合は利用できません。
- ◎【申込方法】指定医療機関(産婦人科)・助産所・伊賀市こども家庭支援課へご相談ください。  
面接・サービス提供機関と調整の上での利用となります。



《お問合せ先》伊賀市役所こども家庭支援課

住所 伊賀市四十九町 3184 番地 本庁舎2階

電話 0595-41-1556