**「****ウエルカム　ベビー　プロジェクト　みたか」**

**出産・子育てを応援します！！**

**産後ケア『ゆりかごプラス』のご案内**

「出産後、自宅に帰っても家族などの手伝いがなく不安」「体調が優れない」「授乳がうまくいかない」など出産後のサポートが必要なお母さんが赤ちゃんと一緒に施設において休息したり、育児相談や授乳指導など専門職によるケアを受けられます。

★　利用できる方

以下のいずれかにあてはまる三鷹市民のお母さんと生後４か月未満の赤ちゃん

（早産の方は、産後4か月を過ぎても利用できる場合があります。保健センターへご相談ください。）

１．ご家族などから家事・育児等の援助が受けられない方

２．休息が必要な方や育児に不安がある方

＊お母さんとお子さんに医療行為が必要な方は利用できません。

＊きょうだいのお子さんのご利用はできません。

＊美容室等の外出のためのお子さまのお預かりはできません。

★　産後ケアの内容

お母さんと赤ちゃんのケア（健康状態のチェック）

育児相談、授乳指導、沐浴指導、休息など

★　利用料金・利用期間

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ｍａｍａ＆Ｂａｂｙあきやま１**【デイケア】  　住所：上連雀1-1-5-108 | | | | 利用可能期間など |
| 種類 | 利用時間 | | 利用料金 | 合計7回  ＊連続利用でなくても  構いません  ＊デイケアと宿泊型の  組合せ自由  ＊食事は含みません  　　（出前・外食可）  ＊利用料金は、施設で  　お支払いください。 |
| 日帰り型  デイケア | 10時～16時 | | １回 1,800円 |
| **Ｍａｍａ＆Ｂａｂｙあきやま２**【デイケア・ナイト・ステイ】　　　　　　　住所：上連雀1-2-4　1Ｆ | | | |
| 種類 | | 利用時間 | 利用料金 |
| 日帰り型　デイケア | | 10時～16時 | １回 1,800円 |
| 宿泊型 | ナイト | 17時～翌９時 | １回 5,400円 |
| ステイ | 10時～翌９時 | １回 7,200円 |

＊施設で三鷹市産後ケアサービス以外のサービスを利用された場合は、別途費用がかかります。

＊キャンセルは利用日の前週の金曜日17時までに利用施設に連絡をしてください。連絡しなかった場合は、キャンセル料が発生します。

★　利用申請について

＊妊娠８か月以降に利用申請の受付を開始します。申請には助産師等の面接が必要です。

希望の方は下記のＱＲコードを読み取り、面接の予約をしてください。

　　　　　　　　　　　　　　　　 ＊面接時の持ち物　　母子健康手帳・子育てガイド

面接予約はこちら

　　　↓



非課税世帯または生活保護世帯の方は、自己負担額が減免になります。

転入された上記対象の方は、証明書が必要になりますので、事前ご相談ください。

★お問い合わせ★

三鷹市総合保健センター（健康推進課保健サービス係）　0422-46-3254　三鷹市新川6-37-1

受付時間：月～金(祝祭日・年末年始除く)　　9：00～17：00