

産後の身体を休めたいな  
リフレッシュしたい  
授乳が上手くできてるか  
心配



長井市では産後のお母さんの疲労回復を促したり、  
育児に関する不安や悩みを解消し、お母さんとお子さん  
ご家族が地域で健やかに育児ができるよう支援します。

# 長井市 産後ケア 事業(令和8年度)

| ケア内容<br>◆対象月齢   | 場所  | 利用料<br>(利用回数)   |
|---|---|---|
|  <p>「夜の睡眠時間がなくて<br/>心身ともにづらい…」</p> <p>健康管理、休息・睡眠<br/>乳房ケア、心身のケア<br/>児の発育発達確認</p> <p>◆おおむね生後4か月頃まで<br/>医療機関によって異なるため、<br/>健康スポーツ課にお問い合わせ下さい。</p> | <p>①公立置賜<br/>総合病院<br/>※出産した母子のみ</p> <p>②さくら<br/>クリニック</p> <p>③島貫医院</p> <p>④横山病院</p> | <p>1泊2日5,500円<br/>2泊3日8,250円<br/>3泊4日11,000円</p> <p>※追加1日に<br/>つき2,750円</p> <p>(1組1回まで)</p> |
|  <p>「横になって休んだり子ども<br/>の成長の相談をしたい」</p> <p>健康管理・乳房ケア<br/>休息・育児サポート<br/>心身ケア・食事の提供<br/>児の発育発達確認</p> <p>◆生後1歳になる前日まで</p>                           | <p>yume助産院</p>  | <p>1,500円/回</p> <p>(1組1回まで)</p>   |
|  <p>「自宅の環境に合わせた<br/>育児方法が知りたい」</p> <p>健康管理・心身ケア<br/>育児サポート<br/>児の発育発達確認</p> <p>◆生後1歳になる前日まで</p>   | <p>自宅</p> <p>※実施事業者<br/>カモミール</p>   | <p>1,000円/回</p> <p>(1組1回まで)</p>   |
|  <p>「授乳のこと悩んでいる」<br/>「離乳食どうしよう」</p> <p>乳房ケア<br/>授乳・育児指導<br/>児の発育発達確認</p> <p>◆生後1歳になる前日まで</p>  | <p>yume助産院<br/>または自宅</p>  | <p>1,000円/回</p> <p>(1組3回まで)</p>   |

# 長井市 産後ケア

## 相談申請

- ・市健康スポーツ課（市役所16・17番窓口）に「長井市産後ケア事業利用申請兼情報提供同意書」（様式第1号）提出してください。※希望利用の1週間前までに申請が必要です。

## 利用決定

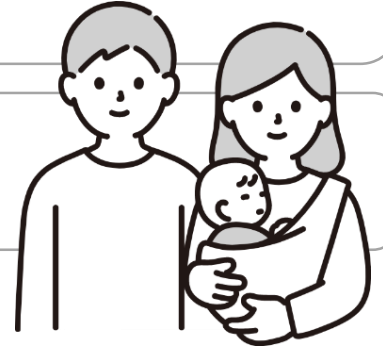
- ・利用可の場合は、「長井市産後ケア事業利用承認通知書（様式第2号）」が届きます。
- ・利用不可の場合は、「長井市産後ケア事業利用不承認通知書（様式第3号）」が届きます。

## 日程調整

- ・宿泊：市で日程調整後、連絡いたします。
- ・デイケア：利用者が直接yume助産院へ連絡し、日程を調整します。
- ・助産師相談：利用者が直接yume助産院へ連絡し、日程を調整します。
- ・居宅訪問：カモミールから日程調整の連絡があります。

## 利用

- ・産後ケアを受けます。
- ・利用料は各実施事業者へお支払いください。



## 注意事項

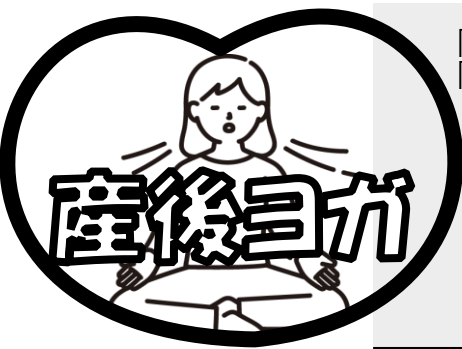
- ・利用内容の変更または中止する場合は、利用者が速やかに市健康スポーツ課に連絡した上で「長井市産後ケア事業変更（中止）申請書（様式第5号）」を提出してください。
- ・実施事業者が行うオプションサービスについては別途費用がかかります。
- ・市民税非課税世帯及び生活保護世帯の場合は、利用料が免除となります。

## 対象者

- ・長井市に住民票があるお母さんとお子さん
- ・お母さんの体調や育児に不安がある方
- ・母子共に医療行為が必要でない方

<申し込み・お問い合わせ> 長井市健康スポーツ課 母子保健担当 82-8009

／詳細は別チラシ／



ケア内容  
(対象月齢)

「骨盤のゆがみが気になる」  
「産後リフレッシュしたい」

産後の骨盤を整えるヨガ  
やベビーマッサージ

(生後2か月から  
生後6か月頃まで)

場所

長井市役所

※申込はすくすく子育て応援アプリまたは健康スポーツ課まで

利用料  
(利用回数)

300円

(1組3回まで)