

こころとからだの産後ケア

赤ちゃんが生まれてくることは幸せだけれど、

慣れない育児に一人で悩んでいませんか？

高崎市では、出産後のご家族をサポートします

◆利用できる方◆

高崎市に住民登録がある生後1年未満の赤ちゃんと原則そのお母さんのうち、家族からの十分なサポートが受けられない人、産後に心身の不調や育児不安がある人、産婦健康診査や相談などから産後ケアの利用を勧められた人。

※流産・死産を経験して1年未満の女性も利用できます。

※医療によるケアが必要とされる場合は利用できません。

◆ケア内容◆

- ・お母さんのケア（乳房ケア、休息の確保、心のサポートなど）
- ・赤ちゃんのケア（発育や発達の確認など）
- ・沐浴や授乳など育児の相談

※お子さんだけの預かりは出来ません。

◆利用できる期間・回数◆

- ・産後1年までの間、最大7日
（双子や三つ子など多胎児出産をされた場合は、最大12日）

○通所型（ディサービス型）

○訪問型

○宿泊型（群馬県立小児医療センターのみ）

以上の3つのタイプを組み合わせ利用できます。

※受けられるケアや利用できる月齢は、実施機関ごとに異なります。

◆料金◆

- ・通所型（ディサービス型）、訪問型は無料
- ・宿泊型は一部助成があるため、後日申請が必要

※前日正午以降のキャンセルは、キャンセル料が発生する場合があります。

※利用できる回数・期間を越えて利用した場合、利用料の全額が自己負担となります。



「高崎市産後ケア事業」
電子申請はこちら



利用方法と詳細は裏面をご確認ください。

◆問い合わせ先◆

高崎市保健所健康課

027-381-6113

新町保健センター

0274-42-1241

榛名・倉渕保健センター

027-374-4700

箕郷保健センター

027-371-9060

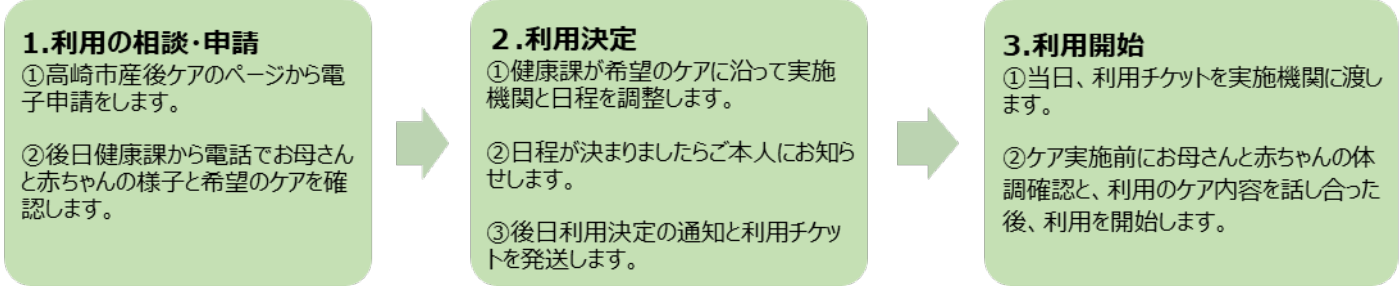
群馬保健センター

027-373-2764

吉井保健センター

027-387-1201

◆【初回】利用の流れ◆



◆【2回目以降】利用の流れ◆

通所型（ディサービス型）⇒希望する施設に予約の連絡をしてください。日程が決まった後、必ずご本人から健康課に連絡をしてください。

訪問型、宿泊型(小児医療センターのみ)⇒健康課に予約の連絡をしてください。健康課で実施機関と日程調整をした後に、ご本人へ連絡をします。

※回数に関係なく利用について相談したい、どのケアを利用したらよいか分からない、電子申請が難しい、そのような場合は健康課までご連絡下さい。お母さんと赤ちゃんの様子を伺いながら利用に向けたサービス調整をいたします。

◆通所型（ディサービス型）◆

日中実施機関で過ごし、授乳や育児手技などの指導やケアが受けられます。（昼食の提供あり）
基本時間は、9時または10時から5時間です。施設により利用可能日が異なります。



実施機関	住所・予約電話番号 (予約は日祝日祭日を除いた診療時間内にして ください。)	利用できる曜日 (実施機関の状況で変更と なる場合があります)	利用できる 月齢目安	利用料
セントラルレディースクリニック	高崎市東町80-7 027-326-7711(木曜午後を除く)	月・火・水・木・金	生後2か月未満	無料
産婦人科館出張佐藤病院	高崎市若松町96 027-322-2243(水曜除く)	月・火	生後3か月未満	
田村産婦人科	高崎市柳川町63 027-323-8496(木曜、土曜午後除く)	月・火・水・金	生後3か月未満 (生後3か月以上は要相談)	
矢崎医院	高崎市剣崎町1049 027-344-3511(木曜午後除く)	月・火・水・金・土	生後4か月未満	
鈴木助産院	太田市丸山町250-7 0276-37-5198(月・水・金のみ)	月・水・金	生後3か月未満	
群馬県助産師会立「すずの音助産院」	前橋市六供町932-1 027-289-4359(月～金)9時半～16時半	月・火・水・木・金	生後6か月未満	
産後ケアハウス「リトルライト」 (上中居ファミリークリニック)	高崎市上中居町411 090-8811-4155	月・火・水・木	1歳未満	
NPO法人地域母親支援サージファム	高崎市東貝沢町2-15-4 070-5556-7734(月～金)10～17時	火・水・木	1歳未満	
群馬県立小児医療センター	渋川市北橘町下箱田779 0279-52-3551(予約は健康課)	要相談	1歳未満	

◆訪問型◆

助産師がご自宅に訪問し、授乳や育児手技などの指導やケアが受けられます。（1回は3時間以内）

実施機関	住所・電話番号	利用できる曜日	利用できる月齢	利用料
群馬県助産師会	前橋市六供町932-1 027-289-4359(予約は健康課)	要相談 (平日の日中に限る)	生後4か月未満	無料
NPO法人地域母親支援サージファム	高崎市東貝沢町2-15-4 070-5556-7734(予約は健康課)		1歳未満	

◆宿泊型◆

短期に宿泊をして、授乳や育児手技などの指導やケアが受けられます。休息のみを目的とした利用は出来ません。
(対象者の例：授乳が困難なまま分娩施設を退院した方、育児に不安があり専門職のサポートが必要な方等。)

実施機関	住所・電話番号	利用できる曜日	利用できる月齢	利用料
群馬県立小児医療センター	渋川市北橘町下箱田779 0279-52-3551(予約は健康課)	要相談	1歳未満	※1

※1 利用料一部助成の手続きのため、後日申請が必要です。