

# 一人じゃない ココロとカラダの産後ケア

宇治市内の旅館や民宿で、ゆっくりと休養しながら、産後の体調管理と育児サポート(授乳・沐浴・育児相談など)を受けることができます。

## 利用できる方

産後の疲れや育児に不安を感じている、ご家族などから産後の家事や育児等の支援が受けられない方で、宇治市に住民票のある、生後1歳までの赤ちゃんとママ  
※赤ちゃんやママが感染症疾患にかかっていたり、入院治療等の医療行為が必要な場合は利用できません。

時間 **11:00~14:30**

定員 **4組**

スタッフ 助産師・保育士



## ケア内容

- ①ママのケア  
(体調管理・休養・育児相談など)
- ②赤ちゃんへのサポートケア  
(お風呂の入れ方、おっぱいやミルクの与え方などの助言や指導)

## 持ち物

- ★バスタオル・タオル
- ★ミルク・哺乳瓶 (必要な方のみ)
- ★オムツ・おしりふき
- ★印鑑
- ★母子健康手帳

## 利用の流れ

- 宇治市保健推進課へ利用の相談(申請)が必要です。申請書は宇治市のホームページよりダウンロード可能です。
- 申請に際し、保健師等が体調、育児の状況、家族の状況をお聞きし、訪問させていただくことがございます。
  - 申請後に利用の可否の審査を行い、利用決定後、「利用承認通知書」を送付します。(最大利用回数は、2回まで)
  - 妊娠中から産後の利用を希望される場合は、ご相談ください。

## 利用料

世帯の市民税所得割額により、利用料が異なりますので下表を参考にしてください。

- 申請後世帯の課税状況を確認し、利用料を決定します。
- ※申請が4月から5月の場合は前年度の個人市民税所得割額となります。
- ※本市にて確認できない場合は、市府民税課税証明書等の提出が必要です。
- 利用料は直接実施場所で、助産師にお支払いください。
- 上の子の同伴も可能ですが、同室での保育となります。昼食等についてはご相談ください。

サービスを利用する年度の 個人市民税の所得割額の合計	日帰り型 (1回あたり)
A: 28万円以上である世帯	4,500円
B: 16万円以上28万円未満である世帯	3,000円
C: 16万円未満である世帯で下記Dを除く世帯	2,000円
D: 市民税非課税世帯及び生活保護世帯	300円

問 ○ふれあい収集(自宅前ごみ収集)が利用できます。

問合せ先 宇治市保健推進課 親子健康係  
住所 〒611-8501  
宇治市宇治琵琶33

TEL 0774-22-3141(代表)  
FAX 0774-21-0408