

授乳が
うまく
いかない…

お産と育児の
疲れて
体調が
すぐれない…

育児のコツを
教えて欲しい

そんなママたちへ

産後ケア事業のご案内

母体のケア

- 乳房ケア
- 産後の身体の悩み
など

育児のケア

- 沐浴や授乳の方法
- 子育て支援に関する
情報提供
など



心のケア

- 育児不安の相談
- パースレビュー
など

乳児のケア

- 健康状態の確認
- 発育、発達の確認
など

* 妊娠や出産の専門職である助産師が、ママの心と体をケアします *

利用できる方

- 宿泊型・日帰り型は、産後4か月（生後5か月の前日）までの方
- おうちdeホッとママケア（訪問型）は、産後1年までの方

どこでケアを受けるか選べます

- 産前産後ケアセンター⇒長時間滞在する中でケアを受けたい方向けです。宿泊型、日帰り型があります。
- ご自宅⇒ご自宅でケアを受けたい方はおうちdeホッとママケア（訪問型）を利用ください。

* お申込み、お問い合わせはこちら *

* 産前産後ケアセンターの連絡先 *

甲府市役所 子ども未来部 母子保健課

〒400-0858

甲府市相生2-17-1 甲府市健康支援センター内

☎ 055-237-8950 (平日8:30~17:15)

✉ boshihoken@city.kofu.lg.jp

(メールの確認は平日8:30~17:15の間になります)

産前産後ケアセンター（ママの里）

〒406-0036

笛吹市石和町窪中島587-112

☎ 055-268-3575 (平日10:00~16:00)



甲府市



* 利用時間・利用料金・利用日数等

国、県、甲府市の助成により、定額よりお安くご利用いただけます。
(定額：宿泊型34,500円 日帰り型14,000円 訪問型12,000円)

種類	利用時間 (原則)	利用料金	利用日数等
宿泊型	14時～翌日10時	1泊 3,600円	宿泊最大3泊4日まで もしくは 日帰り最大5日まで ※宿泊・日帰りの組み合わせパターン ・宿泊3泊4日+日帰り1日 ・宿泊2泊3日+日帰り2日 ・宿泊1泊2日+日帰り3日 ・宿泊2泊3日+1泊2日+日帰り1日 ・宿泊1泊2日×3回+日帰り1日 ・宿泊1泊2日×2回+日帰り2日 ・宿泊利用なし、日帰り5日
日帰り型	10時～16時	500円	
おうちdeホット ママケア (訪問型)	平日9時～17時の うち、2時間程度	400円	最大5回 (多胎は最大10回)

※宿泊型・日帰り型の昼食代は別途自己負担となります。
※市民税非課税世帯は半額、生活保護受給世帯は無料です。



利用の流れ

かんたん

ステップ



おうちdeホットママケア
(訪問型)はこちら

宿泊・日帰り型はこちら

1 登録申請

利用(登録)申請書に必要事項を記入し、
母子保健課に提出してください

- ・申請書は、窓口にご用意しています。また市ホームページからもダウンロードできます。
- ・申請書は、郵送もしくは持参で提出してください。

利用(登録)申請書に必要事項を記入し、
母子保健課に提出してください

- ・妊娠届出時に申請されなかった場合は、随時受付します。
- ・申請書は、窓口にご用意しています。また市ホームページからもダウンロードできます。
- ・申請書は、郵送もしくは持参で提出してください。

母子保健課から携帯電話番号宛に
ショートメッセージで利用の可否と
受付番号をお知らせします
※申請日より1週間程度(土日祝含まず)かかります。

2 予約

電話でお申込みください
☎ 055-237-8950
(電話が難しい場合はメールでも可)

- ・希望の利用日をお伝えください。
※利用希望日の**5日前(土日祝含まず)**までにご連絡ください。

困りごとや
心配ごとを
お話しください

産前産後ケアセンターへ電話をし、
利用日の予約をしてください。
☎ 055-268-3575

- ・予約時には**受付番号**が必要です。
- ・利用内容の変更がある場合には速やかに産前産後ケアセンターに連絡してください。
- ・利用料金は、当日産前産後ケアセンターにお支払いください。

困りごとや
心配ごとを
お話しください

母子保健課から電話で利用の可否を
お知らせします

- ・利用が決定した場合は、担当助産師から連絡し、日程調整やケアの内容を確認します。
- ・利用料金は、当日助産師にお支払いください。