

そんなママたちへ

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

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

- 産前産後ケアセンターママの里（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
- 産後ケアセンターいちばん星（日帰り型）は、産後1年までの方
- 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

- 各ケアセンター⇒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 *

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）

* 各ケアセンターの連絡先 *

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）

産後ケアセンター いちばん星

〒409-3863 昭和町河東中島748-2

☎ 055-268-5577（平日10：00～16：00）



* 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	3泊
日帰り型	10時～16時 (いちばん星は月・火・水・金)	1日 500円	3日
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	1回 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♪

宿泊・日帰り型はこちら

1 登録申請

おうちdeホットママケア(訪問型)はこちら

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。

- 宿泊型を利用される方
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ください

- 日帰り型を利用される方
受付番号が記載された **利用券**をお渡します

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。

- 産前産後ケアセンターママの里を利用する場合
電話でご予約ください ☎ 055-268-3575

- いちばん星を利用する場合
ホームページの予約フォームからご予約ください(受付：前月10日14時～15日)
<https://www.genkikids-clinic.com/aftercare/>

- ・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各ケアセンターに連絡してください。
- ・利用料金は当日各ケアセンターにお支払いください。
- ・利用券(日帰り型のみ)を当日各ケアセンターへご提出ください。