

## ご出産おめでとうございます

赤ちゃんの姿に癒される反面、育児や生活の変化にまだ慣れない、という方は多いかと思います。

「母乳がちゃんとでているかな？」  
「赤ちゃんが泣きやまない!!」  
「気分がすぐれない」  
などのお悩みはありませんか？

そんな時、しっかりと相談ができたり、ゆったりと休息ができたり…  
そんな声にお応えできるサービスを紹介します。



☎0833-45-1880

下松市こども家庭課  
子育て世代包括支援センター  
「ハピスタくだまつ」

(所在地)  
〒744-8585  
下松市大手町三丁目3番3号  
こども家庭課  
(下松市役所1階⑳番窓口)



産後ケア  
(ショートステイ(宿泊))

産後ケア  
(訪問型)

ママ★スマイル  
サロン

産前・産後  
サポーター派遣



下松市公式マスコットキャラクター  
くだまつ

子育て世代包括支援センター『ハピスタくだまつ』

# 生後4か月未満の赤ちゃん和妈妈が対象です。

(場合によって、1年未満の赤ちゃん和妈妈が対象となります。)



## 産後ケア

## ママ★スマイルサロン

### 産後ショートステイ (宿泊)

### 産後デイケア (日帰り)

### 訪問型

ママと赤ちゃんが宿泊や日帰りで医療機関に滞在し、心身のケアや育児のサポートを受けることができます。

- ◆産後の体調に不安がある場合に体調管理や生活面の指導を行います。
- ◆母乳育児に不安がある場合に授乳指導や乳房ケアを行います。
- ◆育児に対する不安が強い場合に育児サポートを行います。

自宅で産後ケア(授乳指導、乳房ケア、生活面の指導等)を受けることができます。市が委託する助産所の助産師が出張します。県内里帰り先でも利用できます。利用の際は、事前にご連絡ください。

**回数** 最大7回まで

**利用料** 無料

**申込方法** こども家庭課へ電話又は来所で(申請書類を記入していただきます。)

種別	利用日数(最大)
産後ショートステイ(宿泊) 3食(昼・夕・翌朝)付	7日間
産後デイケア(日帰り) 10:00~17:00 昼食付	7日間

**利用料** 無料

(保健指導以外の支援に係る費用、お子さんの食費等は含まれません)

**申込方法** こども家庭課へ電話又は来所で(提出書類等の説明をいたします。)

申込後、医療機関と日程を調整しますので日程に余裕をもってお申込みください。また、医療機関のベッドの空き状況によっては、ご希望に添えない場合もありますのでご了承ください。



ママがゆっくりと相談ができたり、ママ同士でお話ができたり、くつろげたり...  
ママのための集いを開催します。

**開催日**

月2回 原則金曜日 午前中

**場所**

下松市保健センター3階 第2保健指導室

**内容**

助産師や保健師による母乳相談、育児相談、体重測定(授乳測定)、情報交換など

**参加費** 無料

**申込方法**

こども家庭課へ電話又は来所で(事前予約必要)



## 産前・産後サポーター派遣

妊娠、出産や子育てに関する悩みや困りごとを抱える妊産婦さんを対象に、市が委託した事業所から相談支援を行うサポーターがご自宅に伺い、家事や育児のサポートを行います。

**対象**

日中支援者がおらず次のいずれかに該当する人

- ① 心身に不調がある人
- ② 強い育児不安がある人

**利用料** あり

**申込方法**

こども家庭課へ電話又は来所で。詳細について説明いたします。