

「マミーズほっとステーションぬまづ」の開設

～妊娠・出産、子育てと、切れ目のない支援を行います～

妊娠期から子育て期にわたるまで、切れ目のない支援を行うワンストップ相談窓口として「マミーズほっとステーションぬまづ」を開設します。

■ 「マミーズほっとステーションぬまづ」

母子保健コーディネーターを配置し、妊婦の不安や産後の育児環境等に関する相談業務を実施するとともに、様々なケア事業等を通じ、ママたちが安心して出産、子育てが出来るよう、一人ひとりに寄り添った支援を実施します。

- 開設日 平成 28 年 5 月 10 日(火)
- 開設時間 平日の 8 時 30 分～午後 5 時
- 開設場所 沼津市保健センター内(沼津市八幡町 97)
- 業務の内容

母子保健コーディネーター等による、妊婦の不安や産後の育児環境等に関する相談業務を実施します。

1 産後ケア事業(一部自己負担あり)

- (1) ショートステイ(宿泊型)・デイケア(通所型)
産科医院で産後の母子の心身体養、回復のためのケア等を実施
- (2) 訪問型サポート(家事支援・育児支援)
ヘルパーによる家事支援及び助産師による育児支援を実施

2 産前産後サポート事業

- (1) 助産師のおっぱいフォロー
助産師が自宅を訪問し、母乳育児等に関するアドバイスを実施
- (2) 赤ちゃんとママの集いの場「あかちゃん Day」
育児相談が気兼ねなくでき、母親同士の情報交換の場となる母子の自由な居場所を提供
- (3) はじめての育児講座「プレママ・プレパパ応援講座」
出産、子育ての不安解消や悩みを共有できる仲間づくりに主眼をおいた講座を開催

●お問い合わせ

マミーズほっとステーションぬまづ 電話 9 5 1 - 3 6 8 7 (専用)
市保健センター(健康づくり課) 電話 9 5 1 - 3 4 8 0



産前産後サポート事業

おっぱいフォロー 事業



助産師・保健師があなたをサポートします。

母乳育児で不安を抱える産婦さんを対象に助産師が自宅を訪問し直接アドバイスします。

母乳の飲ませ方や体重の増え具合等が心配な方は、まずはお電話でお気軽にご相談ください。

☆電話☆ 055-951-3687 (専用)

赤ちゃん Day

赤ちゃん和妈妈の集いの場所



毎日赤ちゃんとも2人していると、ママがうつうつしたり、ちょっと外出したい気分になりますよね。

「赤ちゃんDay」は、赤ちゃん和妈妈が自由に過ごすことができる場所です。生後4か月までの赤ちゃん和妈妈が参加できますので、ぜひお越しください。助産師による母乳相談も行いますので、まずはお気軽にお問合せください。

☆電話☆ 055-951-3687 (専用)

赤ちゃんDay

☆場所☆ 沼津市保健センター内

☆開催時間☆ 10:00~12:00

☆申込み☆ 不要 直接お越しください

☆日程☆ 沼津市ホームページに掲載



サービスの利用方法

(産後ケア・産前産後サポート事業)

マミーズほっとステーションぬまづ(沼津市保健センター内)へお電話ください。

電話 055-951-3687 (専用)

申請書に必要事項を記入し申請してください。

書類審査後、決定通知書を発行します。

サービス利用開始(利用料金支払いあり)

マミーズほっとステーションぬまづ

(沼津市保健センター内)

☆場所☆ 沼津市八幡町97

☆開館日☆ 月~金(祝祭日は除く) 8:30~17:00

☆問い合わせ☆

電話 055-951-3687 (マミーズほっとステーションぬまづ専用電話)

055-951-3480 (沼津市保健センター内)



マミーズほっとステーション ぬまづ



安心して出産、子育てができるまちぬまづ



☆ マミーズほっとステーションぬまづ

「マミーズほっとステーションぬまづ」は妊娠・出産、子育てのワンストップ相談窓口です。母子保健コーディネーターが妊娠期から子育て期まで切れ目のない支援を行います。ひとりで悩まないで母子保健コーディネーターにお気軽にご相談ください。



相談業務

妊娠

- 初めての妊娠で不安
- 里帰りしたほうがいい？
- 仕事との両立ができるかしら？

出産



子育て

- 近くに知り合いがいない
- 手伝ってくれる人がいない
- 育児と家事の両立が不安
- ママ友できるかな？



サービス

産後ケア事業

- ショートステイ（宿泊型）
- デイケア（通所型）
- 訪問型サポート（家事・育児支援）
- ※事前申し込みが必要です。（詳しくは裏面をご覧ください）

産前産後サポート事業

- おっぱいフォロー事業
- 赤ちゃん Day
- はじめての育児講座

サービス

産後ケア事業

産後、ママの体調不良や育児不安があるけれど、家族などから十分な支援を受けられない・・・そんな方を支援します。

ショートステイ （宿泊型）

☆病院に宿泊しママと赤ちゃんの心身の休養及び回復のためのケアを実施します。

対象：退院後～生後2か月未満までの乳児とママ（利用上限日数：7日）

自己負担額：5,832円（税込）1泊2日（4食）

※非課税・生保世帯は2,916円（税込）

デイケア （通所型）

☆病院に通いママと赤ちゃんの心身の休養及び回復のためのケアを実施します。

対象：退院後～生後4か月未満までの乳児とママ（10：00～19：00で利用上限日数2日まで）

自己負担額：1,944円（税込）1日（2食）

※非課税・生保世帯は972円（税込）



訪問型サポート （家事支援）

☆料理・買い物・洗濯・掃除その他日常的な家事を支援します。（利用時間、回数制限あり）

対象：妊娠中～生後5か月未満までの乳児とママ

自己負担額：500円/時間（税込）

※非課税・生保世帯は250円/時間（税込）



訪問型サポート （育児支援）

☆授乳・新生児の身のまわりのお世話・沐浴介助など支援します。（1日2時間以内、利用回数制限あり）

対象：退院後～生後3か月未満までの乳児とママ

自己負担額：1,000円/回（税込）

※非課税・生保世帯は500円/回（税込）

