

宍粟市

子育て世代

包括支援センター

はじめました

不妊・不育症治療
の相談をしたい

なかなか言葉が出ない
けど大丈夫かなあ～

おっぱい
足りてる？

予防接種がたくさん
あって分からない

赤ちゃんが泣き
止んでくれない...

赤ちゃんとも2人きり
話し相手がほしい

このような不安な気持ちや悩みを抱えているママ達を支え、安心して子育てができるように応援する相談窓口として、宍粟市では、「子育て世代包括支援センター」を設置しました。

母子保健コーディネーターの保健師をはじめとするスタッフが全力でママの子育てを応援します！！

「こんなこと相談してもいいのかな・・・」といったちょっとした質問、疑問、不安などもお気軽にご相談ください。

市役所北庁舎3階(しーたん広場横)には、子育てに関する情報発信コーナーも設けています。ぜひお立ち寄りください！！

ココ



宍粟市保健福祉課

宍粟市山崎町今宿 5 番地 15

TEL:0790-62-1000



一宮保健福祉課

宍粟市一宮町間賀 300 番地

TEL:0790-72-2100



波賀保健福祉課

宍粟市波賀町安賀 232 番地 1

TEL:0790-75-8800



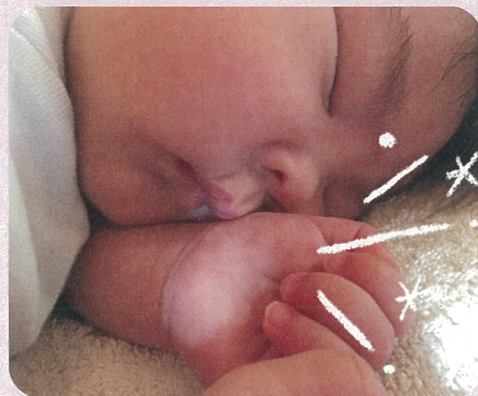
千種保健福祉課

宍粟市千種町室 1060 番地 15

TEL:0790-76-8600

はじまります！！

しろうスクスク応援券
乳房ケア・産後ケア
ほっと mama ルーム



H29.4
Start

子育て世代
包括支援センター

しそウスクスク応援券 はじめます

- 妊婦歯科健康診査受診券(1回分)
- 新生児聴覚検査費の助成
- 産後4か月までの乳房ケア
- 1か月児健康診査の助成
- 産後1か月健康診査の助成

※ 助成額の上限などの条件がある場合があります
※ 償還払いでの利用になる場合があります

妊娠～出産前後の健診などにかかる
費用を助成する、赤ちゃん和妈妈を
応援する子育ての応援券です。



START

産後 ケア

出産されたママと赤ちゃんの生活を支援
するため、病院で母子のケアや授乳指導、
育児相談が受けられる事業です。
宿泊や日帰りでご利用できます。

➡ 詳しくは、各保健福祉課へお問い合わせ下さい



ほっと mama ルーム

妊婦さんから産後4か月までのママと赤ちゃんの部屋です。
子育て世代包括支援センターを設置する市内4ヶ所の施設
で、月1回程度、妊娠期～産後4か月までのママと赤ちゃん専
用の開放日を作ります。
ママ同士や先輩ママとの交流、赤ちゃんの身長や体重測定、ち
よっとした相談などなど・・・
保健師と子育て支援員がお待ちしております！！



OPEN

《お問い合わせ》

◆保健福祉課
電話:62-1000

◆一宮保健福祉センター
電話:72-2100

◆メイプル福祉センター
電話:75-8800

◆保健福祉センター・エーガイヤちくさ
電話:76-8600

平成 29 年
4 月から

宍粟市

産後ケア事業がはじまります

～産後のママを応援します～

産後ケア事業は、出産後に心身の不調や育児不安のある方が、医療機関等で宿泊や日帰りで、心身のケアや育児サポート等が受けられる事業です。

利用できる方



宍粟市内に住民票がある出産後 4 か月未満のお母さんと赤ちゃんで、下記の項目に当てはまり、担当の保健師(母子保健コーディネーター)と面接させていただいた結果、事業の利用が必要と認められる方

- ① お母さんが体調不良や育児に対して不安等がある
- ② ご家族から家事や育児等の十分な援助が受けられない

※お母さん、赤ちゃんともに医療行為の必要のない方が対象となります

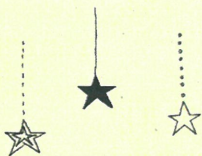
内容・種類・料金など



	宿泊型	日帰り型
内 容	①母体のケア ②乳房管理 ③沐浴・授乳の指導 ④赤ちゃんのケア ⑤育児相談など	
利用期間	7日まで	7日まで
利用料金	2,500円	1,500円

※医療機関によっては個室料金が別途かかる場合もあります
※宿泊型、日帰り型と併せて7日までの利用となります

利用できる施設



	宿泊型	日帰り型
宍粟総合病院	○	○
姫路聖マリア病院	○	○
姫路赤十字病院	○	—

※実施機関により利用条件が異なります。詳しくは担当保健師にご確認ください

申し込み・相談先



ご相談・調整は、
保健師がご自宅や病院へ
おうかがいします!!

宍粟市子育て世代包括支援センター

(宍粟市保健福祉課)

電話：0790-62-1000

ほっとmamaルーム

ほっと mama ルームとは・・・

妊婦さんから産後4か月までのママと赤ちゃんの部屋です。赤ちゃんが生まれる前や生まれて間もない頃は、いろいろな心配事や不安なことがあると思いますが、そんな時にぜひ来てみてください。話をしたい、赤ちゃんの身長や体重を測定したい、ゆったいと過ごしてくださいね♪

日程表

☆開催時間：午前 10 時～12 時頃

☆持ち物：母子健康手帳 バスタオル（赤ちゃんと一緒に来られる方）

☆保健福祉課（宍粟市役所北庁舎 3 階）

TEL62-1000

第1水曜日 (5月、1月は第2水曜日)	★5月10日	6月7日	★7月5日
	8月2日	★9月6日	10月4日
	★11月1日	12月6日	★1月10日
	2月7日	★3月7日	

★の奇数月は、臨床心理士の先生のお話があります。(ほっと mama 講座)

☆一宮保健福祉課（一宮保健福祉センターやすらぎ）TEL72-2100

第2木曜日	4月13日	5月11日	6月8日
	7月13日	8月10日	9月14日
	10月12日	11月9日	12月14日
	1月11日	2月8日	3月8日

○参加希望の方は、各保健福祉課にご連絡ください。当日の参加も大丈夫です。

※ほっと mama ルームの日は、安全面・衛生面に配慮して、他の教室・活動は行いませんので、安心してご参加ください。

☆波賀保健福祉課（メイトフル福祉センター） TEL75-8800

第2火曜日	4月11日	5月9日	6月13日
	7月11日	8月8日	9月12日
	10月10日	11月14日	12月12日
	1月9日	2月13日	3月13日

☆千種保健福祉課（保健福祉センター・エーガイヤちくさ）TEL76-8600

第3木曜日	4月20日	5月18日	6月15日
	7月20日	8月17日	9月21日
	10月19日	11月16日	12月21日
	1月16日	2月15日	3月15日

