

令和 8 年度三重県妊産婦のほっとスポット構築モデル事業

こんなことでお困りではありませんか・・・

- ◇上の子を連れて産後ケア（通所型サービス）を利用したい
- ◇双子なので、私 1 人で 2 人の子を同時にお風呂に入れるのが大変
- ◇妊娠中で身体を休めたいけど、上の子の育児もあるとなかなか休めない

母子生活支援施設を活用した「ほっとスポット」でほっとひと休ついてリフレッシュしませんか

対象者

県内にお住まいの妊婦・産婦（産後概ね2年まで）のうち、①または②に該当する方

① 多子（未就園児の兄弟あり）・多胎の方

例：お母さんと児（2歳まで）と兄弟（未就園児）の多子、
お母さんと双子や三つ子など多胎（2歳まで）、妊婦と児（0歳～未就園児）

② 産前産後の心身の不調や育児に不安がある方

※ただし、妊産婦及びその子において医療行為の必要な場合は除きます



～令和 8 年度より WEB 申込みできる方が変更になります～

【令和 8 年度に初めて利用される方】

- ①の方は、裏面の各施設WEBフォームよりお申込みください。
- ②の方は、まずはお住まいの各市町母子保健窓口へご相談ください。

※令和 9 年度への繰越はできません。令和 8 年度内限りでの利用となります。

【令和 6 年度・令和 7 年度に利用された方】

- 前年度まで利用分の残りの回数が利用できます。裏面の各施設WEBフォームよりお申込みください。

※令和 9 年度への繰越はできません。令和 8 年度内限りでの利用となります。

内容

- 利用可能時間：午前 9 時から午後 4 時（日帰りサービス）
- 利用料：無料（昼食は含まず）
- 場 所：四日市市、津市の 2 か所の施設より選択
※詳細は裏面の施設情報をご確認ください。
- 持ち物：昼食（母及び兄弟の分）
ミルク・哺乳瓶、離乳食、おむつ、着替え、タオル、おやつ等
母子健康手帳（助産師のアドバイスを受ける場合）
※居室内には、レンジや冷蔵庫、湯沸かしケトルなどあり、使用可能です。
詳しくは施設との日程調整の際にご確認ください。
- 利用回数：2 歳までの児 1 人（胎児も含む）につき、最大 4 回まで



妊婦、産婦に対する相談・支援・指導

- 授乳及び乳房のケアなど（助産師アドバイス）
- 沐浴等の育児方法など
- 傾聴による心のケアなど

※助産師によるアドバイスは週 1 回実施。

みのり苑（木曜午前）、菜の花苑（金曜午前）

希望の場合は指定の曜日でお申込みください。

※ひとりで休息の時間を取ることもできます。



同伴する兄弟（乳幼児等）の支援

同伴した兄弟に対して、別室にて
保育等のサービスを提供します。



最寄り駅までの送迎など、対応可能な場合がありますので、施設にご確認ください。

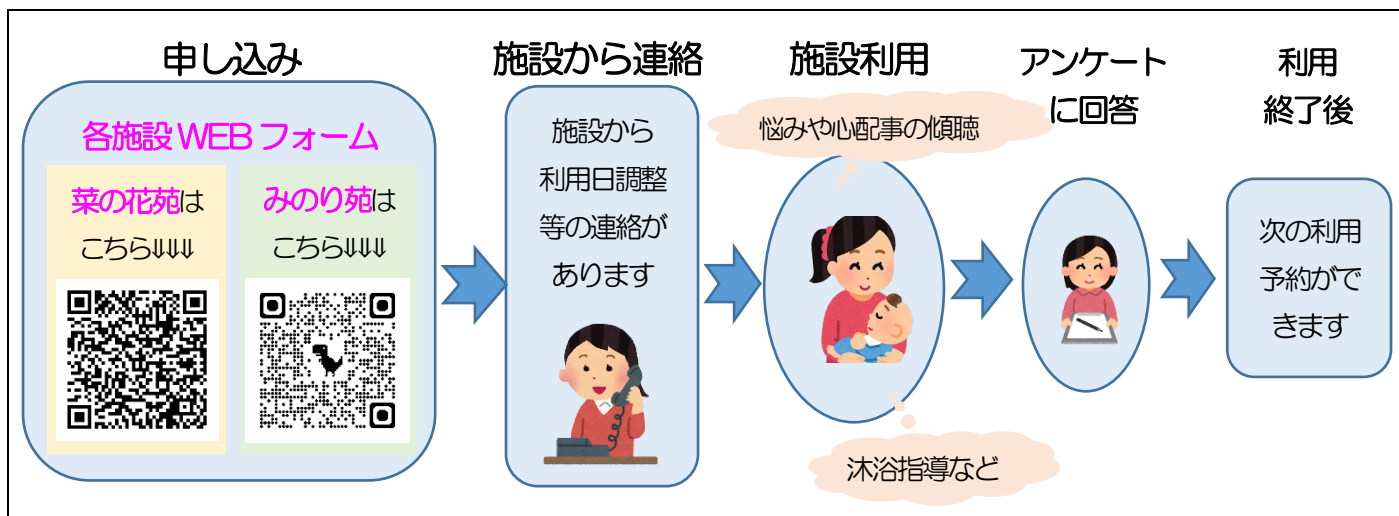


母子生活支援施設とは・・・

児童福祉法第38条に基づき支援の必要がある女子及びその子が入所し、自立の促進のために生活を支援することを目的とする施設です。

<p>施設 1</p>	<p>名称：母子生活支援施設 菜の花苑 住所：四日市市前田町14-20 電話番号：059-345-0051 利用予約：利用希望日の3日前まで</p>	<p>地図</p>
<p>施設 2</p>	<p>名称：母子生活支援施設 みのり苑 住所：津市一身田平野362-1 電話番号：059-231-0023 利用予約：利用希望日の2日前まで</p>	<p>地図</p>

<利用の流れ>



【お問い合わせ】 三重県子ども・福祉部 子どもの育ち支援課 母子保健班
 電話：059-224-2248

三重県ほっとスポット [検索](#)