

松本市育児ママヘルプサービスのご案内

(松本市保健所 健康づくり課)

産後、核家族等で昼間の育児協力が得られない方を対象に、助産師がご自宅を訪問して、育児に関するお手伝いをします。

1 申請できる方

- (1) 松本市に住民票のある方
- (2) 出産後、核家族等のため育児協力が得られない方や多胎で出産された方

2 サービスの内容 (実施場所は申請者宅)

- 沐浴に関する援助
- おむつ交換に関する援助
- 授乳に関する援助 (おっぱいマッサージ含まず)
- 育児等に関する相談、助言
- 児の体格測定、母の健康管理

※お子さんをお預かりするサービスではありません



3 利用期間・時間・回数

- (1) 利用を開始した日 (ただし生後90日までの開始に限ります) から90日間20回まで
ただし、多胎で出産の場合は、母子が退院した日から1歳に達する前日までの間に50回
まで
- (2) 訪問の時間帯は、午前9時～午後5時 (土・日・祝祭日・年末年始は除く)
- (3) 1日あたりの訪問回数は1回まで。利用時間の上限は2時間です。
- (4) 訪問先は松本市内に限ります。

4 料金(利用者負担金)

- (1) 1時間の利用につき800円 (1時間を超えた利用の場合、30分につき400円)
ただし、市民税非課税世帯の場合は無料です。

※3歳未満児家庭サポートクーポンの対象事業です。クーポンをお持ちの方はサービス利用時にクーポンをご提示ください。(15時間分まで無料)

- (2) 訪問当日のキャンセルの場合は、キャンセル料800円かかります。
- (3) 利用料が発生した場合、利用月の翌月に1か月分の利用料が記載された納付書を送付しますので、最寄りの金融機関等へお振込みください。

裏面へ続く

5 申請方法と利用までのながれ

- (1) 電子申請又は窓口で申請してください。
- (2) 申請書は、松本市保健所健康づくり課または各保健センターの窓口で配布しています。
また、市ホームページからも申請書がダウンロードできます。
- (3) 出産前から申請は可能です。
事前申請した方は、利用にあたり、出産後「健康づくり課(TEL 3 4 - 3 2 1 7)」まで
ご連絡ください。
- (4) 申請受付後、訪問まで1～2週間程度かかります。
訪問担当助産師が決まり次第、担当者から申請者へ日程調整の連絡をいたします。なお、
途中で訪問担当者が代わる場合がありますのでご了承ください。

6 電子申請方法

下記の申請フォーム又は二次元コードから申請してください。

<https://logoform.jp/form/N7tm/541371>



7 申請場所及び問い合わせ先

申請場所	住所	連絡先	時間
松本市役所 健康づくり課	松本市丸の内3番7号	電話：34-3217 FAX：39-2523	平日のみ 午前8時30分～ 午後5時15分
南部保健センター	松本市双葉4番8号 なんぷくプラザ2階	電話：27-3455 FAX：27-3464	平日のみ 午前9時00分～ 午後5時00分
中央保健センター 第2・4(水)は休館日	松本市中央1丁目18-1 Mウイング南棟5階	電話：39-1119 FAX：39-1109	
北部保健センター	松本市元町3丁目7-1 ふくふくらいず2階	電話：38-7677 FAX：38-7678	
西部保健センター	松本市波田6908番地1 波田保健福祉センター内	電話：92-8001 FAX：92-8006	