

# ほっとひといき 産後ケア



いつもがんばっている  
心と体をいやしてみませんか

県と市町が共同して  
宿泊施設を活用した産後ケア（日帰り型）を行います

ご利用は、  
母子1組につき1回です

## 【対象】

- ①防府市内にお住まいの方
- ②利用日において、  
産後4か月～1年以内のお母さんとお子さん  
（1歳の誕生日の前日まで）

## 【実施期間】

～令和8年1月27日（火）～令和8年2月26日（木）  
※上記期間のうち、県が指定する日で、  
金・土・日曜日、祝日、の実施はありません

## 【利用設】

裏面をご覧ください

## 【利用料金】

無料  
※その他、施設利用にあたり追加で自己負担が  
発生する場合があります

## 【申込先】

防府市こども家庭センター  
☎0835-24-8811

※やむなくキャンセルされる場合についても、  
速やかに上記までご連絡ください。

## 利 用 方 法

### ①申し込み

防府市子ども家庭センターに来所し、申請書を記入。  
【持参物】利用されるお子さんの母子健康手帳

### ②利用決定

ご利用施設と日程を調整し、**利用申請書（写）**を  
お渡しします。  
利用申請書はサービスの利用当日にご持参ください。

### ③産後ケアサービスの利用

利用開始前までに利用施設までお越しください。  
施設フロントで受付票の記入をお願いします。  
※持参物は下記をご覧ください。

☆お部屋で助産師等が産後ケアサービスの内容を  
確認します。

☆ケアを受けたり、お部屋等でゆっくりとお過ごし  
ください。

### ④終了

今後の参考のため、最後にアンケートへの協力  
をお願いします。

## 【利用当日ご持参いただくもの】

- ・利用申請書（写）
- ・母子健康手帳、マイナ保険証または資格確認書、お子さんの福祉医療費受給者証
- ・日頃の外出時に持参されるもの  
※ミルク・哺乳瓶、離乳食（スプーンなど食べさせるために必要なもの）、おむつ、お気に入りのおもちゃ等
- ・乳房ケアを希望される場合は、フェイスタオル2枚

## 《お申込み先》

防府市 こども家庭センター（こども相談支援課）

TEL 0835-24-8811

## 《その他のお問い合わせ先》

山口県 健康福祉部 こども・子育て応援局 こども政策課

TEL 083-933-2947

# ご利用いただける施設

## 岩国国際観光ホテル

岩国市岩国1丁目1-7

TEL：0827-43-1111



利用日  
・12月下旬以降

## マリッサリゾート サザンセト周防大島

周防大島町平野1347-1

TEL：0820-78-2005



利用日  
・1月中旬以降

## 芳山園

周南市大字湯野4255-1

TEL：0834-83-2255



利用日  
・月～水曜日  
利用時間  
・11:00～14:30

## 梅乃屋

山口市湯田温泉4丁目3-19

TEL：083-922-0051



利用日  
・火～木曜日

## セントコア山口

山口市湯田温泉3丁目2-7

TEL：083-922-0811



利用日  
・火～木曜日

## ココランド

宇部市上宇部75

TEL：0836-33-6116



利用日  
・木曜日

## ねをはすHOTEL BOOK&CAFE

下関市秋根西町2-7-2

TEL：083-250-8460



## 楊貴館

長門市油谷伊上10130

TEL：0837-32-1234



利用日  
・月、火、木曜日

## 萩本陣

萩市椿東385-8

TEL：0838-22-5252



- ・利用可能な日は宿泊施設により異なります  
申込時にご確認ください
- ・時間は基本として10時から15時です
- ・昼食付（無料）です
- ※アレルギー等がある方は、利用決定  
した施設へ必ず事前にご連絡ください



## 注意事項

- ・感染症に罹患している場合や、医療行為の必要な場合は利用できません
- ・お子さんの授乳や離乳食は準備を含めて、お母さんにお願いします
- ・入浴される場合は、ご自身の体調等により判断し、長湯しないようお気をつけください