



那覇市産後ケア事業のご案内

本事業では、産婦さんと赤ちゃんへ助産師等が心身のケアや育児のアドバイス、サポートを行います。利用に係る費用の一部は市が負担します。

利用できる方	那覇市民（那覇市に住民票があること）で 本事業の利用を希望する出産後 1 年以内の産婦さんと赤ちゃん		
ケアの内容	○産婦さんの産後のからだやこころのケア、睡眠、栄養、休養の相談 ○授乳指導、乳房ケア ○赤ちゃんの健康や発育、発達の観察、相談 ○育児の手技（抱っこの仕方、オムツ交換、沐浴、寝かしつけ等）のアドバイス、相談		
利用回数	合計 6 回まで利用可。ただし宿泊型の利用は、3 回までとなります。		
自己負担額 ※利用者が属する世帯の市町村民税の課税状況に応じ自己負担額を決定します。	市町村民税課税世帯の自己負担額 1 回（1 泊）あたりの利用料	1～5 回目	6 回目
	訪問型	0 円	1,200 円
	通所型	3 時間	0 円
		6 時間	500 円
	宿泊型	1,500 円	4,000 円
※市民税非課税世帯、生活保護世帯は、 利用料免除（自己負担額免除） となります。			

★産後ケア利用の流れ



①利用申込

オンラインまたは紙で
申請してください



申請用 QR コード

②審査

申請内容を審査し、那覇市から、**決定通知書**を送付します。

③決定通知書確認

届いた決定通知書（電子または紙）の基本情報、自己負担額、利用期間を確認してください。

④施設予約

希望する施設に連絡し、利用日の予約をしてください。

⑤産後ケア利用

決定通知書・親子健康手帳を施設にご提示ください

⑥支払い

利用回数、自己負担区分に応じた利用料を、施設にお支払いください。

【利用にあたっての注意事項】 ※利用する前に必ずお読みください。

- 事業を利用する際に、実施機関に「那覇市産後ケア事業利用決定通知書」「親子健康手帳」を提示して、必要事項（利用日、ケアの方法、利用施設）の記載と押印をお願いしてください。
- 途中で利用を中断した場合、利用当日または前日にキャンセルした場合、キャンセルの連絡がない場合は、利用したものとみなし自己負担額は「全額」お支払いいただきます。
- 訪問型では乳児だけの見守り・買物・掃除・洗濯等の家事は行いません。
- 感染症にかかっている場合や治療が必要な場合は、対象外です。
- 児を預けての外出や、対象乳児以外の兄弟児のお預かりは行いません。
- 本市で課税状況が確認できない場合は、自己負担額免除の対象外となります。転入前の市町村で非課税世帯の場合は、非課税であることがわかる証明等の提出をお願いします。

★産後ケアの種類



訪問型

ご自宅でケアが受けられます。
外出が難しい方に、おすすめです。

通所型

施設でケアが受けられます。
3 時間・6 時間コースがあります。
※6 時間コースは食事提供あり。

宿泊型

施設に宿泊し、助産師等による
ケアを受けられます。
※食事提供あり。

【実施機関及び事業の種類】 希望する施設へ直接連絡し、希望日の予約調整、持ち物等の確認をしてください。

	訪問型	通所型		宿泊型	双子
		3 時間	6 時間		
沖縄県助産師会 ※宿泊型は当会で出産された方のみ 沖縄市中央 4-15-12 Tel:098-938-1103	○	○	○	○	可
	1 歳になる前日まで	4 か月になる前日まで			
沖縄協同病院(産婦人科) 古波蔵 4-10-55 Tel:098-853-1200	—	—	○	○	可
			4 か月になる前日まで		
系数病院 ※他院で出産された方は要相談 泊 1-28-1 Tel:098-863-4103	—	○	○	○	要相談
		4 か月になる前日まで			
安座間産婦人科 ※当院で出産された方のみ 真嘉比 1-21-17 Tel:098-884-3600	—	○	○	○	—
		4 か月になる前日まで			
通所型産後ケア施設 zeroplace (ゼロプレイス) 浦添市当山 2 丁目 5 番 6 号 2F Tel:050-1751-9354 ※電話予約は承っておりません ※予約は公式 LINE トーク画面下部「ご予約」ボタンから 	—	○	○	—	可
		1 歳になる前日まで			
助産院＊きらきら 首里桃原町 1 丁目 20 Tel:098-943-8265 ※ご予約はお電話（留守電）または Instagram の DM から 	—	○	○	—	要相談
	1 歳になる前日まで	4 か月になる前日まで			
うえむら病院 中城村字南上原 803-3 Tel:098-895-3535 	—	—	○	○	可
			2 か月になる前日まで		
かみや母と子のクリニック 糸満市阿波根 1552-2 Tel:098-995-3511	—	○	○	—	可
		8 か月になる前日まで			
新田クリニック ※当院で出産された方のみ ※ご予約時点でお子さんが寝返りをしていないこと 前島 1-14-3 Tel:098-863-0073	—	○	○	—	—
		4 か月になる前日まで			
友利産婦人科 ※当院で出産された方のみ 国場 1177 番地 1 Tel:098-855-1103 	—	○	○	—	—
		3 か月になる前日まで			
おたま助産院 Google マップから オンラインでのご予約をお願いします。 Tel:090-4470-9740 	○	—	—	—	可
	1 歳になる前日まで				
birth Tel:080-9857-1225 那覇市首里大名町 2-66 ご予約は Instagram の プロフィール欄から予約サイト👁️を タップしてください  	—	○	○	—	可
		1 歳になる前日まで			
助産院 うえださんち Tel:090-7586-6818 ※ご相談、ご予約は右記公式 LINE の QR コードから 	○	—	—	—	—
	1 歳になる前日まで				

<連絡先> 那覇市役所 2 階 こども家庭センターなは（こどもえがお相談課）

☎ 098-863-0777（土・日・祝祭日を除く 8:30～17:00）