

# 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

県では、市町と共同して、  
宿泊施設を活用した産後ケア（日帰り型）を行います

## 対象

県内にお住まいの方で、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）  
※下記の実施市町の住民の方が対象となります

## 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

## 利用施設

裏面をご覧ください

## 利用料金

お住まいの市町へおたずねください  
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

市町の母子保健担当課へお問い合わせください



## 【実施市町】

萩市、防府市、下松市、光市、長門市、柳井市、周南市  
田布施町、平生町、阿武町

## 利用方法

### ①申し込み

市町へお申し込みください  
※申込方法は、市町の母子保健担当課へ  
お問い合わせください  
母子1組につき、原則、1回限りです

### ②利用決定

ご利用いただく施設と日程が決まりましたら、  
市町より、決定通知書、クーポン、電子通知等  
お知らせします

### ③産後ケアサービスの利用

利用開始前までにお越しください  
施設フロントで受付票の記入をお願いします  
  
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

自己負担がある場合は、担当した助産師や施設へ  
お支払いください  
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

※やむなくキャンセルされる場合は、  
市町の母子保健担当課へご連絡ください

## ご持参いただくもの

- ・各市町から発行された利用決定通知書やクーポンなど利用できることがわかるもの  
※電子等による決定通知の場合は、その画面表示
- ・母子健康手帳、マイナ保険証（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

# 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



## 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



## 芳山園

周南市大字湯野4255-1

TEL : 0834-83-2255



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



## セントコア山口

山口市湯田温泉3丁目2-7

TEL : 083-922-0811



## ココランド

宇部市上宇部75

TEL : 0836-33-6116



## 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



## 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

※申込等に関することは、お住まいの市町の母子保健担当課へご連絡ください



## 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