

# 出産後のママをサポート 産後ケアを開始

出産直後は、心身ともに不安定になりやすい時期です。市では、母子ともに安心して生活ができるよう、産後の母親が休息を取り、助産師などによる専門的なケアを受けられる産後ケア事業を始めました。利用を希望する方は、保健所健康増進課へご相談ください。

【保健所健康増進課 とも健康・予防接種担当 ☎ (38)3331】

## ケアの内容

母親と子どもの健康状態の確認、  
乳房ケア、授乳方法の指導、  
育児相談、休息の提供など



## 対象(次のすべてに当てはまる方)

- ・市内在住で生後おおむね4か月未満の子と母
- ・産後に家族などから十分な支援が受けられない方
- ・産後の心身の不調や育児不安がある方
- ・感染症にかかっておらず、医療行為が必要ない方

## 利用方法

母親または父親が保健所健康増進課に対象となるかを電話で確認後、利用申請

母子保健コーディネーターまたは保健師、助産師と面談

利用決定後、1回の出産につきサービスの種類は問わず、通算3回まで市の費用補助を利用できます



利用できる産院などの詳細

## 利用料金(自己負担額)

種類	実施方法	所要時間	1回あたりの自己負担金
通所型	医療機関・助産所に日帰りで滞在(食事付き)	5時間	4500円
訪問型	自宅に助産師が訪問	90分	2475円

※ 生活保護世帯・市民税非課税世帯は自己負担金が免除されます  
※ 事前に申請が必要です。利用後の返金はできません

## 65歳以上の方の介護保険料が変更

2021年度から2023年度までの介護保険料を、下表のとおり決定しました。介護保険料は、介護保険サービスの利用実績に応じて3年ごとに変更されます。7月中旬に発送予定の「介護保険料納入通知書(介護保険料決定通知書)」をご確認ください。

【高齢福祉介護課保険料担当】

市民税課税状況	被保険者本人	世帯	収入額等の区分	所得段階	2020年度まで		2021年度から2023年度まで			
					年額(消費税率改定後)	基準額に対する割合(消費税率改定後)	年額	基準額に対する割合	2020年度からの増加額	
非課税	非課税	非課税	・老齢福祉年金受給者または生活保護受給者 ・基準判定所得金額が80万円以下	第1段階	1万7568円	0.30	1万7928円	0.30	360円	
			基準判定所得金額が80万円を超え120万円以下	第2段階	2万6352円	0.45	2万6892円	0.45	540円	
			基準判定所得金額が120万円を超える	第3段階	4万992円	0.70	4万1832円	0.70	840円	
		課税	課税	基準判定所得金額が80万円以下	第4段階	4万6848円	0.80	4万7808円	0.80	960円
				基準判定所得金額が80万円を超える	第5段階(基準額)	5万8560円	1.00	5万9760円	1.00	1200円
				課税	基準判定所得金額が120万円未満	第6段階	6万7344円	1.15	6万8724円	1.15
課税	課税	基準判定所得金額が120万円以上210万円未満	第7段階	7万3200円	1.25	7万4700円	1.25	1500円		
		基準判定所得金額が210万円以上320万円未満	第8段階	8万7840円	1.50	8万9640円	1.50	1800円		
		基準判定所得金額が320万円以上500万円未満	第9段階	9万3696円	1.60	9万5616円	1.60	1920円		
		基準判定所得金額が500万円以上800万円未満	第10段階	10万8336円	1.85	11万5556円	1.85	2220円		
		基準判定所得金額が800万円以上	第11段階	12万2976円	2.10	12万5496円	2.10	2520円		

### 【基準判定所得金額】について

- 市町村民税が課税の方の場合 「合計所得金額」-「長期譲渡及び短期譲渡所得に係る特別控除額」
  - 市町村民税が非課税の方の場合 「合計所得金額」-「長期譲渡及び短期譲渡所得に係る特別控除額」-「公的年金等所得」+「公的年金等収入額」
- ※ 災害や失業など、やむを得ない理由で一時的に保険料を納めることが難しくなったときは、減免が受けられることがあります。早めにご相談ください

## 参加者募集 市議会議員と意見交換会

「コロナを越えて10年後の茅ヶ崎をデザインしよう」をテーマに市民のみなさんと意見交換を行います。

【議会事務局議事調査担当】

日時	5月29日(土)①11時~12時②14時~15時
場所	市役所本庁舎6階全員協議会室
対象	中学生以上の方各回16人(申込制(抽選)。市内在住・在勤・在学の方優先)
申込	5月6日(木)~19日(水)17時までに☎で(住所・氏名・年齢・電話番号、参加希望時間(①または②))を記入し、✉gikai@city.chigasaki.kanagawa.jpも可
ほか	参加確定者へ5月21日(金)に案内を発送

## 遊具やトイレなども「PARKFUL」でチェック 公園詳細情報をアプリに掲載

市では、公園情報アプリ「PARKFUL」(株式会社パークフル)で市内の公園情報の提供を開始しました。遊具やトイレなどの設備や地図をもとに公園を探ることができます。また、3月には、一般社団法人みんなの公園愛護会との公園愛護会支援に関する協定を結び、より身近で安全な公園づくりに取り組んでいきます。

<アプリのダウンロード>



iOS版  
(Apple製品)



Android版  
(Apple製品以外)

【公園緑地課公園緑地担当】

## 新型コロナワクチン接種

1957年4月1日以前に生まれた方に対して接種券を発送しました。住民票所在地以外での接種を希望される場合「住所地外接種の申請」が必要な場合があります。詳細は市☎をご参照ください。



【茅ヶ崎市新型コロナワクチンコールセンター☎0570(022)028】  
※一部のIP電話などをご利用で、つながらない場合は☎054(270)5280へ

ワクチン接種の詳細

## 茅ヶ崎市保健所コロナ受診相談センター☎(55)5395

(月~金曜日9時~19時、土曜日・祝日9時~17時)  
※聴覚に障害のある方や電話での相談が難しい場合は☎(82)0501へ



5月31日は世界禁煙デー

## 禁煙サポートを実施

【保健所健康増進課健康づくり担当☎(38)3331】



禁煙サポート

禁煙すると、さまざまな利点があります。がん、脳卒中、心臓病、認知症、糖尿病などの病気のリスクの低下、咳・息切れの改善などが挙げられます。また、家族を受動喫煙による健康への影響から守ることもできます。禁煙したいけど「自分に合った禁煙方法が分から

ない」「一人で続ける自信がない」という方は禁煙サポートを活用してみてくださいませんか。

場所 保健所  
申込 随時☎または市☎で

