

産後ケア



お母さんたち、こんな風に悩んでいませんか？

サポートがなく不安

なかなか眠れない

授乳がうまくいかない

泣いたときの対応がわからない

卒乳の仕方がわからない

産後はホルモンバランスの影響や、慣れないあかちゃんのお世話で心身に不調をきたしやすい時期です。産後ケアは、助産師がお母さんの困りごとに寄り添い、一緒に解決方法を見つけられます。一人で悩まず、まずは相談してみませんか？

- 利用できる方:** 当別町に住民票のある赤ちゃんとその母親で産後ケアを必要としている方
※医療行為が必要な方や感染症状がある方は利用できません
※施設によって、利用可能な月齢が異なります。裏面をご覧ください。

- 内容:** ①困っていること(あかちゃんのあやし方、授乳、抱っこ、寝かしつけ、沐浴、卒乳等)の相談をお聞きし、対処方法をお伝えする。
②お母さんにゆっくりと休息をとっていただく。
③お母さんの乳房のケアや手当の方法をお伝えする。等

利用料金など

	宿泊型	日帰り型	訪問型
利用料金	1,500円	500円	500円
食事	3食付	1食付	なし
時間 (例)	23時間 (朝11時～翌朝10時)	4時間 (朝11時～15時)	3時間 (朝9時～12時)
回数のカウント	1泊2日で1回	1日で1回	1日で1回
利用上限	4回	5回	5回
場所	各実施機関		自宅

※利用上限は合計7回以内での利用となります。

※多胎児の場合も利用料金は変わりません。表の利用上限に子どもの人数を乗じた回数が上限となります。

※利用料金を生活保護の方は全額減免、一般の方は宿泊型のみ1,500円減免しています。

※利用の変更・中止については、宿泊型・日帰り型は利用の2日前(土・日・祝日を除く)・訪問型は前日の正午までに利用施設に直接ご連絡ください。これ以降の変更・中止の場合は利用料金が発生します。

🌸 利用申込の流れ



※宿泊型は利用希望の7日前、日帰り・訪問型は4日前(土・日・祝日を除く)までに施設へ連絡をしてください。

🌸 当別町産後ケア事業を利用できる施設 (宿：宿泊型 / 日：日帰り型 / 訪：訪問型)

実施機関/ 受け入れ月齢	住所/連絡先	宿	日	訪	ひとこと
あいの里助産院 【1歳未満】	札幌市北区あいの里 4条4丁目6-12 011-778-1703 	○	○	○	電話、メール、助産院インスタのメッセージなどご連絡ください。上の子や夫も一緒に宿泊できます(別途料金が必要)。母乳相談・育児相談・妊娠からお産、産後の生活相談・斜頸予防相談などお気軽に♪
助産院 Hug ねっと 【1歳未満】	江別市 文京台 14-34 	○	○	○	赤ちゃんを迎えた新しい暮らしは未知の日常が続き、慣れるまでは「息つく暇もない!」と感じる事でしょう。「ホッと一息つきたいな…」と感じたら是非、助産院にお越し下さい。授乳のこと、お世話の仕方や遊び方、何でもお尋ね下さいね。産後ケア詳細はHPをご覧ください。
エナレディース クリニック 【5か月未満】	石狩市花川南9条1丁目86 090-4055-7921 (産後ケア専用☎)	○	○		産後の疲れを癒しに是非ご利用くださいね♡
助産院 KOKOROMUSUBI 【6か月未満】	札幌市厚別区厚別東 4条5丁目9-21 090-6442-4188 	○	○		お一人お一人を尊重したケアを提供します。ご予約は当院公式LINEの予約システムより承ります。お問い合わせは公式LINEもしくはお電話にてお願いします。
のっぼろ tsumugi 助産院 【1歳未満】	江別市 野幌東町 40-17 090-8634-2382 		○	○	育児や産後のお困りごとや大変さは人それぞれ。少しでも「心や体が軽くなる」、「自分らしい育児を楽しめる」ことを感じられるケアを、お一人おひとりに合わせてお届けしたいと思っています。お気軽にお問合せ下さい。

○施設によってはきょうだいやお父さんも同伴できる場合があります(ケアの提供はありません)。

詳細は各施設へお問い合わせください。

○当別町ホームページには、各施設のホームページリンクも載せています。

🌸 申込み・問合せ

福祉部保健福祉課健康推進係

電話 23-4044 e-mail: hoken1@town.tobetsu.hokkaido.jp

