

# 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。産後ケアでは、助産師による「からだ」と「こころ」、「育児」のサポートを受けることができます。

 **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。

 **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お母さんの産後の身体の回復をはかる。  
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
対象者	生後5か月未満	生後1年未満	生後1年未満
料金	1,500円	500円	500円
食事	3食付	1食付	なし
時間	23時間以内	4時間以内	3時間以内
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	2回	5回	5回
場所	各実施機関		自宅

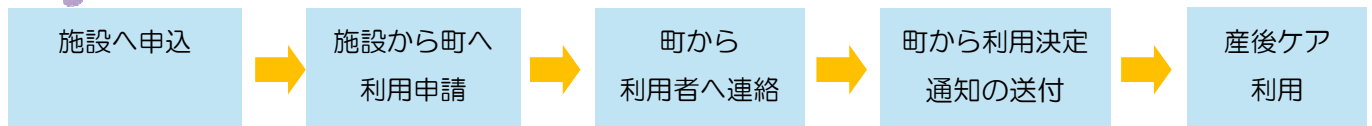
※利用上限は**合計7回以内**での利用となります。

※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、一般の方は宿泊型のみ3,000円を1,500円に減免しています。

※**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・日帰り型は利用希望の7日前、訪問型は4日前(土・日・祝日を除く)までに施設へ申込をしてください。

## 🌸 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	住所/連絡先	宿	日	訪	備考
あいの里助産院 ※きょうだいの受け入れ可	札幌市北区あいの里 4条4丁目6-12 011-778-1703	○	○	○	<ul style="list-style-type: none"> <li>申込は公式ライン又はインスタから</li> </ul>  
助産院 Hug ねっと ※きょうだいの受け入れ可	江別市 文京台 14-34	○	○	○	<ul style="list-style-type: none"> <li>申込はHPの「お問い合わせ」から</li> <li>日帰り型・宿泊型は4か月未満</li> </ul> 
エナレディースクリニック	石狩市花川南9条1丁目 86	○	○		<ul style="list-style-type: none"> <li>申込の詳細はHPをご参照ください</li> <li>日帰り型は5か月未満</li> </ul> 
助産院 KOKOROMUSUBI ※きょうだいの受け入れ要相談	札幌市厚別区厚別東 4条5丁目9-21 090-6442-4188	○	○		<ul style="list-style-type: none"> <li>申込は公式LINEから</li> <li>日帰り型は6か月未満</li> </ul> 
のっぽろ tsumugi 助産院 ※きょうだいの受け入れ可	江別市 野幌東町 40-17 090-8634-2382		○	○	<ul style="list-style-type: none"> <li>申込はHPの「市町村の産後ケア事業ご利用のお申込み」から</li> </ul> 
江別市立病院	江別市若草町6 011-382-5151(代表) ※問合せは婦人科外来へ	○	○		<ul style="list-style-type: none"> <li>申込は申請フォームから</li> <li>日帰り型・宿泊型は4か月未満</li> </ul> 

○きょうだいの受け入れについては、別途金額が必要な場合がありますので、詳細については施設に問合せください。

## 🌸 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