

江別市産後ケア事業のご案内

～出産後のママと赤ちゃんをサポートします～



こんなときに・・・



授乳が上手くできない。どうしよう。

赤ちゃんのお世話や家のこと、生活のリズムがつかめない。

初めての育児・・・これで良いのか分からない。

実家が遠くて家族に助けてもらえなくて不安・・・

安心して、ゆっくりしながら、お世話の仕方を知りたい。

利用できる方

江別市に住民登録がある産後4か月未満の母親とその乳児で、家族等のサポートが受けられず、下記に該当する方

- ・心身の不調、または育児不安等がある方（医療介入が必要な方は利用できません。）

産後ケアの内容

お母さんと赤ちゃんの生活リズムを作るために、産科医療機関などで母と子のケアや育児相談等が受けられます。

◆例えば・・・



- ・お母さんが困っていることをお聞きし、対応方法等をお伝えします。
- ・お母さんにゆっくり休息してもらい、一緒に育児の基本を身につけます。
- ・乳房ケアや沐浴の方法をお伝えします。

利用料金

| 種類 | 利用料金（税込） （食事代込み） | 利用できる日数 （1回の出産につき） |
|------|---------------------|-----------------------|
| 宿泊型 | 1泊 4,000円 | 4泊以内 |
| 日帰り型 | 1日 1,500円 | 4日以内 |

※生活保護世帯・非課税世帯の方は利用料金が異なります。

【ご注意ください】

※利用の変更又は中止は、利用開始日の2営業日前の正午までに、直接、利用施設に連絡してください。それ以降の変更・中止は、キャンセル料が発生することがあります。キャンセル料はご本人がお支払ください。

◆利用される方それぞれで、ケアの内容や1日の流れは異なります。



《日帰り型の例 Aさんの場合》

11:00 → 12:00 → 13:30 → 15:00

来院、オリエンテーション、赤ちゃんの体重測定

昼食
授乳指導等

育児相談、授乳指導等

帰宅

持ち物

母子健康手帳、保険証、必要な母子の衣類、オムツ、おしり拭き、ミルク、哺乳瓶、洗面用具（宿泊時）等



※必要な持ち物の詳細は、利用施設から連絡があります。



《宿泊型（1泊2日）の例 Bさんの場合》

11:00 → 12:00 → 13:30 → 16:00 → 18:00 → 20:00 → 7:00 → 10:00

来院、オリエンテーション、赤ちゃんの体重測定

昼食
授乳指導等

ケアプラン作成、乳房ケア、抱っこ仕方

ママのフィジカルチェック

夕食、入浴、沐浴の練習

育児相談、授乳指導等

朝食

帰宅

江別市産後ケア事業を利用できる施設



受付日・時間

月曜日～金曜日（祝祭日及び12月29日～1月3日を除く）
9:00～12:00、13:00～17:00



《日帰り型、宿泊型どちらでも利用可》



※経産婦の方は上のお子様も一緒にご利用できるところもあります。利用施設にご相談ください。

| 助産所名 | 住所 | 電話番号 | 院長からひとこと |
|--------------------|--------------------------|--------------|---|
| あいの里助産院 | 札幌市北区 あいの里4条4丁目6-12 | 011-778-1703 | 娘と孫が泊まりに来た、相談に来たつもりで、アドバースやお世話をしたいと思います。何でも独りで悩んでいないで産後ケアを利用して、元気に子育てを楽しんで欲しいです。当別を通り、国道337号札幌大橋からすぐの道教育大前にある助産院です。 |
| ありじゅ マタニティハウス | 札幌市白石区 菊水上町2条1丁目46-17 | 011-814-1103 | 心身ともにリフレッシュしに来ませんか？楽しくて、幸せな育児を習得しましょう。ここにおりますよ、あなた様の応援団。 |
| さくら助産院 | 札幌市東区 北16条東14丁目1-10 | 011-721-1778 | 産後の心身の回復に不安があり、もう少しゆっくりしたい、母乳・育児の基本を身につけたり、母乳量をもっと伸ばしたい、などのご要望に対応します。 |
| 産後ケアハウス さんさん助産院 | 札幌市清田区 清田1条4丁目3-60 | 0120-352-833 | 赤ちゃんのお世話・お洗濯・食事もお任せで、産後の「きもち」と「からだ」を整えましょう。美味しいごはん笑顔でお待ちしています。お問い合わせはホームページでも受け付けています。お支払はカード利用可。 |
| 助産院工・ク・ボ | 札幌市西区 発寒6条10丁目10-3 | 011-666-0814 | 西区で妊娠・出産・産後を支え続けて25年目の助産院です。産後のママたちの困りごと、母乳、育児の仕方など丁寧な育児に向けての支援を提供します。「ここに来て良かった！」と笑顔でお帰りいただけるようお手伝いいたします。 |
| つるべ助産院 | 札幌市白石区 北郷3条2丁目13-8 | 011-376-1913 | 楽しんで楽しい子育てができるお手伝いをしたいと願っています。身体に優しい食事、離乳食のとりわけが学べる食事を提供しております。 |



《日帰り型のみ》

| 病院名 | 住所 | 電話番号 | 院長からひとこと |
|-------------------|---------------|--------------|--|
| プリモ ウイメンズクリニック | 江別市 元町21-9 | 011-391-7577 | 育児のはじめは慣れないと大変なときです。産後の疲れた体とこころをほぐしにいらっしゃいませんか？母乳や育児の仕方など、子育てが楽しくなるようにサポートいたします。 |

※利用施設までの交通費は自己負担となります。
※利用希望施設や日時がご希望にそえないことがありますのでご了承ください。

申込み方法 ※出産後の申込み・予約となります。



利用施設へ申込み

利用希望日の5日前までに、希望する利用施設に直接電話で申込み

申請書の提出

利用施設が産後ケア事業利用申請書に記載の上、市へ提出

利用の可否

市が産後ケア事業の利用可否を決定し、承認・不承認の通知をご本人に郵送。

(市からご本人に電話にて内容を再確認します)

利用開始

利用施設で産後ケアを利用します。

お支払

利用終了後、利用料金を利用施設へお支払い。



お問い合わせ

子育て世代
サポートえべつ



健康推進室(保健センター内)

江別市若草町6-1

TEL 385-8137 FAX 385-8130