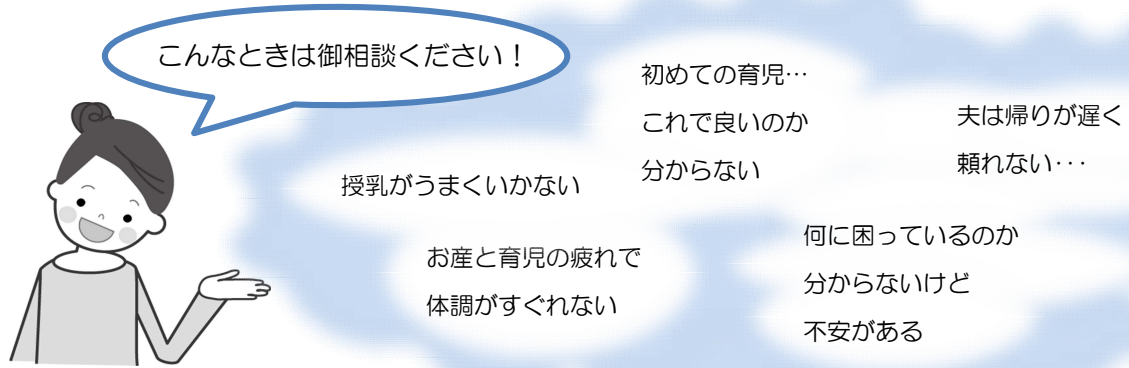


# 旭川市産後ケア事業の御案内

出産後、自宅での生活が始まると、育児や母乳のことなど、想像とは違う現実に戸惑うことも多いものです。

市内の医療機関・助産所での宿泊や日帰り、又は助産師等の家庭訪問により、産後の体調管理や育児サポート（授乳・沐浴・育児相談など）を受けることができます。

ひとりで悩まず、まずは御相談ください。



## 利用できる方

旭川市に住民票のある**産後1年未満**のお母さんと赤ちゃんで、産後の体調不良や育児不安等がある方（入院や治療が必要で、事業利用に支障のある方は利用できません。）

## 内容

市内の医療機関・助産所での宿泊や日帰り、又は助産師等の家庭訪問により、次のサービスが受けられます。

- ・お母さんのからだやこころのケア、休息
- ・乳房に関するケアや相談
- ・授乳や沐浴など育児に関する相談
- ・食事の提供（宿泊型・日帰り型の場合） など

## 利用料金

	宿泊型 (1泊2日につき)	日帰り型 (1日につき)	訪問型 (1回につき)
一般世帯 (多胎児の場合)	3,000円 (3,300円)	1,000円 (1,100円)	1,000円 (1,100円)
市町村民税非課税世帯・生活保護世帯 (多胎児の場合)	1,500円 (1,650円)	500円 (550円)	500円 (550円)
利用できる日数	1回の出産につき、通算して原則7日以内		

- ※ 食事代が別にかかります。
- ※ 各施設で行っている追加のサービス等を受けた場合には、別途費用がかかります。
- ※ 市町村民税非課税世帯、生活保護世帯の方は、市町村民税課税証明書、生活保護手帳（写し）等の書類の提出が必要です。
- ※ 日程の変更(中止)を希望する場合、前日の10時までには後連絡がない場合はキャンセル料がかかります。

## 利用方法

- ① 利用希望日の2日前（土・日・祝日を除く。）までに、希望する施設に電話又は来所で申込み。  
※急な利用希望の場合は御相談ください。
- ② 旭川市から産後ケア事業利用カードの交付
- ③ 産後ケアの利用

## 必要な持ち物

- 母子健康手帳、健康保険被保険者証
- お母さんと赤ちゃんの衣類
- オムツ、おしり拭き、ミルク、哺乳瓶
- （宿泊型の場合）洗面道具等
- ※ 必要な持ち物の詳細については、各利用施設から連絡があります。



（裏面も御覧ください）

利用できる施設

利用を希望する施設に直接お申込みください。(令和3年9月現在)



施設名	宿泊型	日帰り型	訪問型	住所・電話	申込み受付日・時間 (祝日を除く。)	施設担当者からの メッセージ
医療法人社団 東光マタニティクリニック	○	—	—	東光 10 条 6 丁目 ☎ 34-8803	火・水・金・土 10:00~17:00	授乳や育児のことはもちろん、疲れを癒やすなど真心を込めてサポートさせていただきます。スタッフ一同、ママと赤ちゃんにとって強い味方になれるよう一生懸命がんばります。
J A 北海道厚生連 旭川厚生病院	○	—	○	1 条通 24 丁目 ☎ 33-7171	月~金 9:00~12:00, 13:00~16:00	助産師と看護師が協力して、ママの疲れた体と心をサポートします。お産退院後、そのまま産後ケアを利用することもできます。ママと赤ちゃんの笑顔があらわれますように！！
市立旭川病院	○	○	—	金星町 1 丁目 ☎ 24-3181	月~金 8:30~16:00	助産師によるカウンセリングを行い、産後のママの様々な相談事に丁寧に対応し、支援いたします。総合病院なので小児科をはじめ他科への受診が必要な場合も対応可能です。
助産院あゆる	○	○	○	永山 8 条 15 丁目 ☎ 49-6018	月~金 9:00~17:00	当院では、原則一日お一人の受入れとし、その方に合わせたケアやアドバイス、食事を心がけています。育児や母乳の不安解消、日々の疲れを癒やしにぜひいらしてくださいね。
旭川赤十字病院	—	○	—	曙 1 条 1 丁目 ☎ 22-8111	月~金 9:00~16:00	当院での出産の取り扱いが休止となりましたが、助産師がゆっくり関わり、お母さんがもっと元気になれるようにサポートしていきます。
医療法人社団 せせらぎ通りクリニック	○	○	—	永山 6 条 11 丁目 ☎ 47-7381	月・火・水・金 9:00~17:00 木・土 9:00~11:30	お母さんが楽しく育児をしていける方法を一緒に見つけていきましょう。小児科も併設しています。この先の子育てのことやお母さんの体や心のこと、何でも気軽にご相談ください。
オハナ助産院	—	—	○	西神楽南 2 条 1 丁目 ☎ 090-6215-1103	月~金 9:00~17:00	開業 16 年。市の母子訪問や子育て支援センターで沢山のお母さんにお会いしています。出産は大しごと。ゆっくり休んで、整えて、「安心」で「楽しい」子育てを一緒にさがしましょう！
リラ助産院	—	—	○	神居 7 条 6 丁目 ☎ 090-3119-3256	*時間帯によっては、電話が繋がりにくい場合があります。その際は、旭川市子ども総合相談センターまで御連絡ください。 ☎ 26-5503	訪問型の助産院です。自宅での生活に不安を持っているママ達に、ご家庭にお伺いし、ゆっくりお話を伺いし、お一人お一人のご希望に合わせたケアを心がけております。
母乳育児相談室 陽だまり	—	—	○	神楽岡 8 条 4 丁目 ☎ 73-6623 *電話に出られない場合があります。留守電にお名前・御連絡先を入れてください。		乳房ケア・授乳相談を中心に、育児などで心配な事、不安な事を御相談ください。桶谷式乳房管理士です。 注) 3人掛けの長椅子又はベッドのある方のみ対応します。
助産院まぐのりあ	—	—	○	緑が丘東 4 条 2 丁目 ☎ 080-6065-4339		母乳育児の相談、乳房のトラブル時、卒乳時、仕事復帰の時、育児相談のほか、多胎育児等、お母さんとお子さんの気持ちに寄り添ってケアをします。
テラわ助産院	—	—	○	鷹栖町 ☎ 090-9437-9459		お家に訪問させていただきます。みなさんの今ある想いをたくさんお聞かせください。楽に楽しく、そしてあなたらしい子育てができるようお手伝いさせていただきます。



お問い合わせ 〒070-0040 旭川市 10 条通 11 丁目  
旭川市子ども総合相談センター  
電話 0166-26-5503 FAX 0166-26-5508

