

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。

お産と育児で疲れて
体調がすぐれない

授乳がうまく
いかない

何を困っているのか
わからないけど不安…

初めての育児…
これでいいの？

家族や周りに
頼めない

※こんな時はひとりで悩まず、
まずは一度御相談ください。



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	無料	無料	無料
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 (宿泊型の利用日数は、1泊2日であれば2日、2泊3日であれば3日と数えますので、ご注意ください。)		

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 産後ケアの利用
母子健康手帳に利用歴を記載します。利用できる日数を超えて利用した場合、自己負担となりますので、忘れずに利用歴を記載してください。

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（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。）

※旭川市に里帰り出産されている方のご利用希望については、まず旭川市へお問い合わせください。

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

※ 食事代が別途かかります。

※ 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、利用前に旭川市への申請書と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。

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。

【お問合せ】

旭川市1条通8丁目187-1

ツルハ旭川中央ビル2階

旭川市子育て支援部おやこ応援課

電話：0166-26-2395

（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7年4月現在)

※ 電話に出られない場合があります。その際は、留守電にお名前・御連絡先を入れてください。

施設名	宿泊	日帰り	訪問	住所・電話	申込受付日・時間(祝日除く)	 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 ☎ 0166-34-8803	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。ママと赤ちゃんにとって強い味方とな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 ☎ 0166-33-7171	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れますように！！
市立旭川病院	○	○	—	金星町1丁目 ☎ 0166-24-3181	月~金 8:30~16:00	産後のママの様々な相談に助産師が丁寧に対応し、支援いたします。当院は総合病院のため、必要時、小児科や栄養課との連携も可能です。
助産院あゆる	○	○	○	永山8条15丁目 ☎ 0166-49-6018	月~金 9:00~17:00	育児の困り事、母乳やミルクの事など何でも御相談ください。離乳食相談、BLW体験も行っています。日々の頑張りをゆっくり癒しにいらしてくださいね。
旭川赤十字病院	—	○	—	曙1条1丁目 ☎ 0166-22-8111	月~金 9:00~16:00	日帰り型産後ケア、授乳相談を外来助産師が担当します。休息やリフレッシュ目的にもどうぞご利用ください。詳細は病院HPをご覧ください。
リラ助産院	—	—	○	☎ 090-3119-3256	月~金 9:00~17:00	出張専門の助産院です。ご家庭でのトータルケアを目指しています。母乳育児支援とともにアロマトリートメントにて心身のケアをしています。お気軽に御相談ください。
母乳育児相談室 陽だまり	—	—	○	☎ 0166-73-6623	月~金 9:00~17:00	授乳・卒乳相談、乳房ケア・育児相談など、育児で心配な事、不安な事を御相談ください。桶谷式乳房管理士です。 注) 2~3人掛けのソファ又はベッドのある方に対応できます。
助産院まぐのりあ	—	—	○	☎ 080-6065-4339	月~金 9:00~17:00	母乳育児(トラブル、授乳姿勢、卒乳時等)育児相談、多胎育児相談、離乳食等、ママと赤ちゃんに寄り添ってケアをします。国際認定ラクテーション・コンサルタントです。LINEで予約可能です。
みのしま助産院	—	—	○	☎ 050-3635-4539	月~金 9:00~17:00	夜間、休日でも対応いたします。育児、授乳などの相談はもちろん、夜間大変な時などもぜひご利用ください。インスタグラムに詳細も載せています。
咲き助産院	—	—	○	☎ 070-9165-7073	月~金 9:00~16:00	授乳や、産後整体で身体の不調のご相談にも対応します。歩くまでの子どもの発達も一緒にお話しますので、お気軽にご相談ください。
助産院 Pono	—	—	○	☎ 080-6441-3459	月~金 9:00~17:00	母乳育児、離乳食、育児相談などの相談に加えて、骨盤軸整体でお体のケアも受けることができます。お一人、お一人に寄り添ったケアを大切にしています。
ねの星助産院	—	—	○	☎ 090-6693-2618	月~金 9:00~17:00	授乳相談や乳房ケア、育児相談(発達・頭の形など)、産後整体や赤ちゃん整体による身体のケアにも対応しています。公式LINE・ネット予約も利用できますので、お気軽にご相談ください。
合同会社 燈心	—	—	○	☎ 050-3150-8742	月~金 9:00~17:00	国際認定ラクテーションコンサルタント(IBCLC)の資格を持つ助産師がお伺いします。訪問看護にも精通している為、授乳・育児から心身のケアまでしっかりサポートします。またLINEから予約可能です。