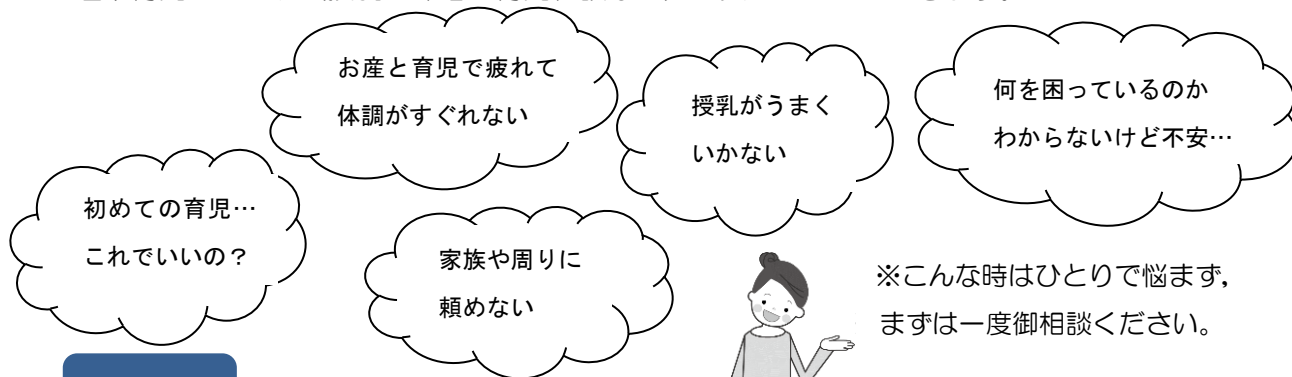


旭川市産後ケア事業の御案内

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。



※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。)		

- ※ 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。

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。

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
旭川市こども家庭センター
電話：0166-25-9738

(裏面も御覧ください)



利用できる方

旭川市に住住民票のある産後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

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8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	電話番号	申込受付日・時間（祝日除く）	担当者からのメッセージ
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	ご希望に添えるよう真心を込めてサポートいたします。ママと赤ちゃんにとって強い味方となれるよう頑張ります。
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われますように！！
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。必要時、小児科や栄養給食科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	育児の困りごと、母乳やミルクのことなど何でもご相談ください。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 HP をご覧ください。
リウ助産院	—	—	○	訪問型のみ	☎ 090-3119-3256	月~金 9:00~17:00	産後の心と身体に寄り添い、赤ちゃんとの暮らしを安心して始められるよう支える訪問型の助産院です。
母乳育児相談室 陽だまり	—	—	○	訪問型のみ	☎ 0166-73-6623	月~土 9:00~17:00（不定休あり）	授乳・卒乳相談、乳房ケア・育児相談など育児で心配なこと、不安なことをご相談ください。桶谷式乳房管理士です。注）2~3人掛けのソファー又はベッドのある方に対応できます。
助産院まぐのりあ	—	—	○	訪問型のみ	☎ 080-6065-4339	月~金 9:00~17:00（土・日・祝要相談）	育児や母乳（痛み、卒乳等）離乳食の相談など、ママと赤ちゃんに寄り添ったケアをします。IBCLC 助産師。LINE 予約可。
みのしま助産院	—	—	○	訪問型のみ	☎ 050-3635-4539	月~金 9:00~17:00	夜間休日にも対応します。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。
助産院 Pono	—	—	○	訪問型のみ	☎ 080-6441-3459	月~金 9:00~17:00	授乳相談やケア、育児相談などに加え、産後整体でお身体のケアも行っています。寄り添うケアを大切にしています。
ねの星助産院	—	—	○	訪問型のみ	☎ 090-6693-2618	月~金 9:00~17:00	おかあさんと赤ちゃんの身体のケアを通して心も軽くなるような時間を目指しています。お気軽にご連絡ください。
合同会社 燈心	—	—	○	訪問型のみ	☎ 050-3150-8742	月~金 9:00~17:00 ※LINE から予約可	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。
助産院 moana	—	—	○	訪問型のみ	☎ 080-5593-9317	月~金 9:00~17:00	ひとりで頑張りすぎるママへ。骨盤軸整体、母乳ケア、育児相談など、心が軽くなる時間をお届けします。
まある助産院	—	—	○	訪問型のみ	☎ 050-5881-0377	月~金 9:00~17:00	お困りごとがある時、ちょっと聞きたい、人と話したい、どんなことでもかまいません。お気軽にご相談ください。
株式会社 nineplus	—	—	○	訪問型のみ	☎ 0166-73-9820	月~金 9:00~17:00	訪問看護ステーション併設の産後ケアです。精神疾患、発達障害を抱えたお母さん、医療的ケア児のお母さん対応可。
母乳育児相談室 きらり	—	—	○	訪問型のみ	☎ 090-9245-3356	月~金 9:00~20:00 土・日・祝 9:00~18:00	赤ちゃんとの暮らしの中での困りごとや不安を一つひとつ解消していけるよう寄り添いサポートします。休日でも対応可。