



根室市産前産後ケア事業のご案内

産前産後の不安に対し、助産師や看護師からアドバイスを受けることができます。

産後の休息をとりながら、育児や授乳に関する悩みを相談することができます。



産前産後の相談事業

釧路マタニティアイ助産院にて、助産師や看護師に相談しアドバイスを受けることができます。申請は必要ありません。

電話番号 0154-37-2110 (24時間対応)



宿泊型・日帰り型産後ケア

根室市に住民票がある産後12カ月未満のお母さんと赤ちゃんで、体調不良、育児、授乳に不安を感じている方、ご家族などから援助が受けられにくい方など、産後にサポートが必要な方が対象です。

ただし、医療行為が必要な方は除きます。

利用方法・申請の流れ 宿泊型・日帰り型を利用する場合は申請が必要です。

1. 申請：「産後ケア事業利用申請書」をこども家庭センターすくすく（市健康福祉部こども支援課担当（窓口7番））へ提出してください。
2. 予約：市から産後ケア利用決定通知書兼利用券を受け取った後、各自で利用施設に予約してください。

注意事項：ご希望の日が満床の可能性もありますので、日数の余裕をもって施設に連絡しご予約してください。

3. 利用：産後ケア利用決定通知書兼利用券、必要物品を持参してください。
4. 料金：料金は直接施設へお支払いください。利用可能事業所は裏面に記載しています！（市民税非課税世帯・生活保護世帯・ひとり親家庭等医療費受給者証の交付を受けている方の利用者負担は無料です）


自宅から根室市と委託契約を締結する医療機関までおおむね60分以上の移動を要する場合、交通費も助成対象となります。詳細はこども家庭センターまでお問い合わせください。

裏面に利用できる施設を載せています。

【宿泊型・日帰り型産後ケア実施事業所】

施設	 町立中標津病院 中標津町西 10 条南 9 条 1 番地 1 TEL0153-72-8200			助産院マタニティアイ  釧路町曙 1 番地 14 TEL0154-37-2110			ママケアハウス イコロ助産院  釧路市武佐 1 丁目 20-5 TEL080-7736-9523		
	対象	産後 5 ヲ月未満		産後 1 年未満		産後 1 年未満			
種類	宿泊型	日帰り型	母乳相談 乳房ケア	宿泊型	日帰り型	母乳相談 乳房ケア	宿泊型	日帰り型	母乳相談 乳房ケア
時間	平日 11 時 ～翌 10 時 (食事付)	平日 11 時 ～翌 16 時 (昼食付)	平日 1 時間程度 (要予約)	平日 10 時 ～翌 9 時 (食事付)	ショート 平日 10 時 ～14 時 (昼食付) ロング 平日 10 時 ～18 時 (夕食付)	平日 1～2 時間 (要予約)	平日 10 時 ～翌 10 時 (食事付)	ショート 平日 10 時 ～14 時 (昼食付) ロング 平日 10 時 ～18 時 (昼食付)	平日 1 時間 (要予約)
内容	授乳指導・育児相談 リラクゼーション等			授乳指導・育児相談 リラクゼーション等			授乳指導・育児相談 リラクゼーション等		
料金	1 泊 2 日 無料 延泊料金 0 円/日	1 回 無料	◆母乳相談 1 ヲ月児以降 1 回 2,000 円	1 泊 2 日 無料 多胎は 2 人目 0 円	1 回 無料	初診 5,000 円 2 回目以降 4,000 円 ※償還払い	1 泊 2 日 無料	1 回 無料	◆母乳相談 1 回 2,000 円
			◆乳房ケア 初回 5,000 円 2 回目以降 1,500 円 ※償還払い			【助成額】 5,000 円			◆乳房ケア 1 回 4,000 円 ※償還払い
利用 中止 の 連絡	できるだけ早めに直接 3 階「西病棟」へご連絡ください			利用前日昼 12 時までにご連絡ください。 (月曜日利用の場合は土曜まで) それ以降はキャンセル料が発生します			できるだけ早めにご連絡ください。 場合によってはキャンセル料が発生します。		
回数	通算利用回数： 宿泊型 3 回 (1 泊 1 回) 日帰り型 3 回 ※乳房ケア 5 回								
持ち物	母子健康手帳 健康保険証 利用決定通知書兼利用券 着替え オムツ おしりふき ミルク 哺乳瓶 ※ 宿泊の場合 洗面・入浴用具 等 詳細は予約時に各施設にお尋ねください								

【お問い合わせ先・申請窓口】


 根室市こども家庭センター **すずく** (健康福祉部こども支援課) (窓口 7 番) ☎0153-23-6111