



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ヵ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（こども支援担当（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。
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）

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。

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			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 2,500 円 延泊料金 0 円/日	1 回 500 円	◆母乳相談 1 ヲ月児以降 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】 3,000 円	1 泊 2 日 2,500 円 多胎は 2 人目 0 円	1 回 500 円	初診 5,000 円 2 回目以降 4,000 円 ※償還払い 【助成額】 3,000 円	1 泊 2 日 2,500 円	1 回 500 円	◆母乳相談 1 回 2,000 円 ◆乳房ケア 1 回 4,000 円 ※償還払い 【助成額】 3,000 円
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



根室市役所こども支援課 (窓口 7 番)

☎0153-23-6111