



## 産後ケア事業のお知らせ

お母さんや赤ちゃんの健康相談、授乳の相談など助産師へ相談したいときにケアの費用を助成します。

### <産後ケアの内容>

お母さまの子宮や骨盤の戻りなどからだやこころに関する健康相談

赤ちゃんの体重の増えなどの健康相談

母乳マッサージや授乳の仕方、卒乳ケアなどの相談

育児に関する相談

ベビーマッサージ など

### こんなときに利用できます

おっぱいが張って痛い…／母乳とミルクの量は十分かな？／気持ちが落ち込む／  
赤ちゃんの体重の増えが気になる／卒乳の時期を迷っている／肩が凝って辛い／  
なんだかイライラする／上の子の赤ちゃん返りに困っています などなど…

### <対象者とサービスの種類>

#### 【1歳のお誕生日の前日まで】

ショート(通所型・訪問型) 7回まで

1回 600円(訪問型は別途交通費 1,000円追加)

利用者が直接事業所に行くか、自宅に訪問してもらいサービスを受けます。

利用時間は1~2時間程度です。

ロング(通所型) 7回まで

4時間コース 1回 1,250円・6時間コース 1回 1,400円+食事代

利用者が直接事業所に行き、サービスを受けます。

育児や授乳の相談の他、お母さまのお昼寝時間もあります。

宿泊型 7回まで

1回 2,500円

利用者が直接事業所に行き、サービスを受けます。

ロングでは時間的に不足する方、夜間の対応に不安がある方などに…

#### 【1歳以上2歳のお誕生日の前日まで】

卒乳ケア(通所型・訪問型) 3回まで 1回 600円(訪問型は別途交通費 1,000円追加)

利用者が直接事業所に行くか、自宅に訪問してもらいサービスを受けます。

## <利用方法>

健康推進グループ（役場 窓口 6 番）に、利用申請書を提出します。申請は妊娠中からできます。

利用カードを発行します。サービスを利用するときはカードを提示してください。

※緊急の場合は、先に事業所に電話してください。

利用者ご本人が事業所に予約し、利用してください。

サービスによって利用料が異なります。利用料は直接、事業所にお支払いください。

## 利用できるところ（事業所） **\* 事前に予約が必要です**

※サービスが利用できる日時などの詳細は利用カードをご覧ください。

事業所	連絡先	対応しているケアの種類
おぎた助産院（北見市）	0157-22-7239	ショート(通所型)、卒乳ケア
母乳育児相談室ゆりかご（北見市）	090-7513-8253	ショート(通所型)、卒乳ケア
母乳育児相談室ピア（美幌町）	0157-26-5313	*ベビーマッサージ対応（1～3か月）
かみかわ助産院（北見市）	090-1642-1801	ショート(通所型)、卒乳ケア *ベビーマッサージ対応、沐浴指導対応
出張おっぱいマッサージ まつぎき助産院（北見市）	080-1890-6285	ショート(訪問型)、卒乳ケア *交通費がかかります *ベビーマッサージ対応（3か月～）
助産院 はる（網走市）	090-8638-2275	ショート(訪問型)、卒乳ケア *交通費がかかります *ベビーマッサージ対応（2か月～）、骨盤ケア、沐浴指導対応
CoCo 助産院（網走市）	070-8346-1058	ショート(通所型・訪問型)、ロング、卒乳ケア *訪問型では交通費がかかります *通所型のみリンパマッサージ、骨盤ケア対応 *ロングは概ね生後6か月までが対象です *ロング6時間コースでは別途食事代がかかります
中村記念愛成病院（北見市）	0157-24-8131	ショート(通所型)、宿泊型、卒乳ケア
北見赤十字病院（北見市）	0157-24-3115	ショート(通所型)、卒乳ケア

～何かご不明なことがありましたら、はぐのんのまでお問い合わせください。～

<申請窓口・お問い合わせ先>

美幌町役場 健康推進グループ（窓口 6 番）

電話：77-6544(直通) ・ 77-6545(直通)

