

産後ケアでできること（ケア内容）

- ・お母さんのケア（健康状態のチェック、骨盤・乳房ケアなど）
- ・赤ちゃんのケア（健康状態のチェック、体重や栄養のチェックなど）
- ・育児相談、育児手技・授乳支援、沐浴、離乳食など

利用回数

- 生後6か月まで ①宿泊型（3日まで）②日帰り型 … ①・②は**合計5日まで**
 ※宿泊型は1泊2日を1日とします。
- 生後1歳まで ③訪問型 …………… **8回まで**

自己負担額・利用券について

- ・利用料（自己負担額）は産後ケアを利用した際に直接お支払いください。
- ・令和7年4月1日から利用料が変更になりました。



①宿泊型：午前11時～翌日午前10時まで（平日のみ）

助産師や専門スタッフがいる施設に母子で宿泊。

提供施設：助産院みなも

休息をとりつつ、育児や授乳についての助言や支援が受けられます。

区分	自己負担額	食事（昼夕朝食+おやつ+夜食）	合計負担額
課税世帯	4,000円	お母さんの食事代	7,000円
非課税世帯・生活保護世帯	0円	1泊2日3,000円別途実費	3,000円

※多胎児の場合は利用料別加算（課税世帯）+2,000円となります。

※上のお子さんも一緒に宿泊の場合（未就学児まで）食費500円/食（3歳未満）800円/食（3歳以上）

・利用不可の曜日もあります（要相談）

②日帰り型：午前10時半～午後3時半まで（平日のみ）

助産師や専門スタッフがいる施設に母子で来所。

提供施設：助産院みなも

休息をとりつつ、育児や授乳についての助言や支援が受けられます。

区分	自己負担額	食事（1日：昼食+おやつ）	合計負担額
課税世帯	1,700円	お母さんの食事代	2,700円
非課税世帯・生活保護世帯	0円	1日1,000円別途実費	1,000円

※多胎児の場合は利用料別加算（課税世帯）+800円となります。

※上のお子さんも一緒に利用の場合（未就学児まで）食費500円/食（3歳未満）800円/食（3歳以上）

③訪問型：1回 1～2時間程度（平日のみ）

助産師が自宅に訪問し、育児についての助言や支援が受けられます。□

区分	自己負担額	提供施設	
課税世帯	1,000円	Ohana母乳育児相談室	助産院みなも
非課税世帯・生活保護世帯	0円	桶谷式	

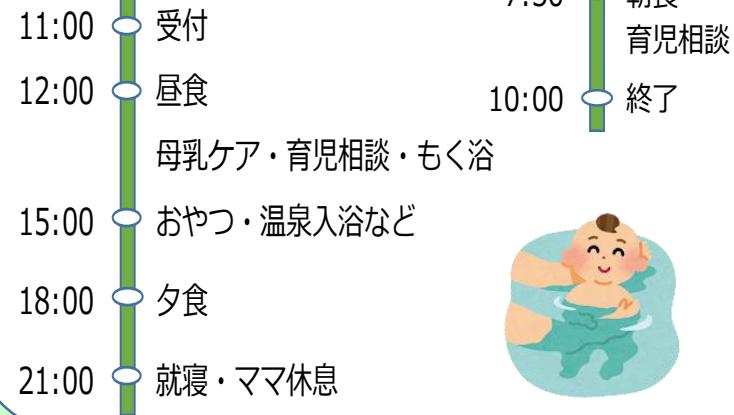
※Ohana母乳育児相談室：土日利用希望の際は要相談となります。

産後ケアでできること

具体的な育児手技（授乳や抱っこなど）やお母さんの体調についてご相談ください。

宿泊型（1泊2日～）

過ごし方（例）



※上のお子さんのご利用は要相談になります。

日帰り型

過ごし方（例）



- ・バランスの良い食事と温泉でエネルギーチャージ！
- ・授乳や育児の相談を受けられます。



訪問型

過ごし方（例）



「母乳が足りているか心配…」
 「もく浴の方法や抱っこの仕方を教えてほしい！」
 「出産後気分が落ちこむことが増えた…」などの相談に助産師さんが自宅に訪問し、母乳ケアや育児相談が受けられます。



利用の流れ

1. 利用登録

- ・母子手帳発行時に利用登録申請書にご記入いただきます。
 - ※母子手帳交付の際、必ず面談させていただいています。
- 利用登録申請がまだの方は、いきいき4・6への申請が必要です。
申請フォームから申込が可能です。



▲申請フォーム

2. 利用決定

- ・妊娠中期～後期の面談時に、
- ・白老町産後ケア事業利用登録承認通知書
- ・白老町産後ケア事業利用票
- 【訪問型】産後1年未満まで
- 【宿泊型・日帰り型】産後6か月未満まで

3. 予約

- ・利用者さまご自身で利用希望の産後ケア事業所へご予約ください。

助産院 みなも

宿泊型

日帰り型

訪問型

助産師 長島 英津子 (ながしま えつこ)

住所 白老町字虎杖浜48-17

☎ 080-6207-0370

受付 月曜～金曜 午前10時～午後5時



▲予約フォーム

Ohana母乳育児相談室 桶谷式

訪問型

助産師・乳房管理士 藤本 智恵子 (ふじもと ちえこ)

LINE 友だち追加からLINEID「@698qfcqc」入力し、検索。追加クリックするとLINE返信が届くので「お名前」を返信願います。

☎ 080-6077-8091 受付 月曜～日曜 午前10時～午後5時

※電話連絡はすぐ対応できないことがあるため、LINEまたはメールでの連絡をお願いします。



▲予約フォーム

LINEからの連絡がお勧めです。

4. 利用

- ・当日、利用票、母子手帳、利用料(自己負担額)等をお持ちください。
- ・利用後は各事業所へ、利用料(自己負担額)をお支払いください。
- ・利用後は、アンケートにご協力ください。

注意事項

- ・利用決定後にキャンセルや変更がある場合は、必ず利用施設に速やかに連絡してください。
- ・予約日の前々日の17時以降のキャンセルについては、キャンセル料が発生いたします。
(宿泊型：7,000円、日帰り型：2,700円)
- ・利用者または、同居家族が体調不良の場合や感染症の場合、利用を中止させていただきます。
- ・利用日の調整は利用者と事業所と直接おこなってください。また、調整によって希望に添えない場合もあります。

白老町

産後ケア事業のご案内



産後ケア事業とは、助産院やご自宅で助産師等のケアや授乳のアドバイスを受けられる事業です。
お母さんが安心して子育てできるよう、心身のケアと育児支援を目的に、「宿泊型」「日帰り型」「訪問型」の3種類の産後ケアにて、助産師等がサポートします！

利用できる期間 (できるだけ早い時期からの利用がおすすめです)

- ・白老町に在住の下記に該当するお母さんと赤ちゃん
【訪問型】産後1年未満まで
【宿泊型・日帰り型】産後6か月未満まで

問い合わせ

白老町健康福祉課健康推進G
(白老町総合保健福祉センターいきいき4・6 1階)
電話：0144-82-5541

白老町
子は宝ビジョン

