



申し込み方法が変わります 千歳市産後ケア事業



出産後のこころとからだに「助産師」が寄り添います。
10月からオンラインで申し込みができるようになります

方法	デイサービス型		訪問型
	ショート	ロング	
対象	産後6か月未満		産後1年未満
時間	8:30~16:30 (4時間以内)	9:00~17:00 (7時間以内)	9:00~17:00 (2時間以内)
料金	1,400円+昼食代 (助産院別)	2,600円+昼食代 (助産院別)	700円+交通費 (助産院別)
	住民税非課税世帯・生活保護世帯は無料		
回数	合計7回まで		
内容	産後のからだと心のケア 乳房のケア、授乳に関する相談（マッサージも含む） 沐浴、寝かしつけ、抱っこ、育児全般の相談 赤ちゃんの体重測定・発達の確認 昼食・ゆっくり休める時間の提供（デイサービス型）		
場所	各実施施設 ※送迎はありません		自宅

- 対象者**
- 千歳市に住民票がある産後1年未満のお母さんとお子さん
(デイサービス型は産後6か月未満、訪問型は産後1年未満)
 - 予定日より早く出産し、お子さんが入院中の方も利用できます
 - 医療行為が必要な方は利用できません

ご利用のながれ

出産後の申し込み・予約となります

①市に利用申請



郵送・窓口も可

②決定通知書と
利用券（7回分）
を受け取る
※郵送で送ります

③希望の施設
を予約
※実施施設は
裏面参照

④産後ケアを
利用・お支払い
※利用券を提出
※当日、現金払い

実施事業所一覧

利用できる月齢は、各施設によって異なります*

実施施設	種類			住所、問合せ先、ホームページ	注意事項
	訪問	デイ ショ ート	デイ ロン グ		
菜のはな助産院	○			080-9010-2304 定休日：土、日、祝 	申込みは電話またはメール
産前産後ケアはぐくみ	○	○	○	みどり台北3丁目8-3 080-3232-1624 定休日：土、日、祝 	申込みフォームから 
産前産後ケアマナ助産院	○	○		みどり台南1丁目7-1 070-3861-9538 定休日：土、日、祝 	申込みフォームから 
ラ・ナチュレ母乳相談室		○		豊里3丁目4-21 デイトナ201 090-9089-0599 	※産後4か月未満まで 申込みは電話またはメール
マミーズクリニックちとせ		○	○	信濃2丁目1-13 0123-27-4103 定休日：日、祝	※産後4か月未満まで 電話申込み (診療時間内)

注意事項

- ・利用する日時は、実施施設と調整のうえで決まります。
希望日にならず利用できるとは限りませんので、ご了承ください。
- ・予約する際は、市の利用券を持っていることを必ず伝えてください。
- ・利用料金は当日、現金払いです。実施施設に必ず利用券を提出してください。
- ・利用券は原則再発行はいたしません。紛失しないようご注意ください。

日程の変更、キャンセルについて

利用の変更や中止は、利用日の前々日12時までに利用施設に連絡してください。
過ぎた場合は、利用したこととみなし、1回分の利用負担分をキャンセル料としてお支払いいただきます。

千歳市では、妊産婦さんが安心して出産、子育てできるようにサポートしています。お気軽に相談ください。

<問い合わせ> 千歳市保健福祉部 母子保健課 8:45~17:15 (土日祝除く)

〒066-8686 千歳市東雲町2丁目34番地

(千歳市総合保健センター内)

TEL: 0123-24-0133 (直通)