

令和8年度

令和8年4月1日以降に出産した方が対象です

# 苫小牧市産後ケア事業

産後ケア事業とは、出産後のお母さんと赤ちゃんが、助産師などの専門家から心身のケアや育児サポートを受けられるサービスです。



## お母さんのケア

心身の回復サポート  
おっぱいケア  
授乳相談等



## 赤ちゃんのケア

体重測定  
沐浴  
スキンケア等



## 育児相談

赤ちゃんのあやし方  
抱っこ  
泣きの相談等



## 産後ケア事業の種類と概要

	訪問型	通所型	宿泊型(令和8年4月1日以降に出産した方が対象)	
			苫小牧市立病院	助産院みなも
対象	産後1年以内の方		苫小牧市立病院で出産後、継続して入院可能な方	産後5か月以内の方
時間	1時間程度 (最大2時間)		11時から翌日11時まで	11時から翌日15時まで
料金	課税世帯	5回目まで 1,000円 6回目以降 1,200円	5,000円+食事代(1食690円)	6,700円+食事代(1食1,000円)
	非課税・生活保護世帯	無料	食事代(1食690円)	食事代(1食1,000円)
	多胎児世帯	無料	食事代(1食690円)	食事代(1食1,000円)
利用回数	最大10回まで ※宿泊型を合わせて10回までです		最大2回まで ※宿泊型は1泊2日で1回分です	
支払方法	病院または助産院に直接お支払いください			

※宿泊型の食事は苫小牧市立病院は3食、助産院みなもは4食提供されます。

### ⚠️ 注意事項

キャンセルする場合は、できるだけ早く助産院・病院へ直接連絡してください。キャンセル料が発生する場合がありますので、各事業所の規定をご確認ください。



産後ケア事業は、退院後すぐにご利用できます。  
妊娠中に各事業所のホームページやInstagramを見ていただくこともオススメです。

## 産後ケア事業所一覧

委託事業者	訪問型	通所型	宿泊型	連絡先	予約方法
助産院なりママ	○	○		住所 苫小牧市柏木町5丁目15-29 1階 受付時間 10:00~17:00(月~金) (土曜日要相談・日・祝日・年末年始を除く) 詳細はHPでご確認ください	LINE 
のどか助産院	△ 要相談	○		住所 苫小牧市拓勇東町2丁目3-22 電話 090-7652-6196 (日・祝日・年末年始を除く) 詳細はHPでご確認ください	LINE 
王子総合病院			○	住所 苫小牧市若草町3丁目4-8 電話 0144-32-8111(代表) 受付時間 13:00~16:00 (土日・祝日・年末年始を除く) ※緊急の対応を希望する場合は午前も可 ※王子総合病院で出産された方のみ利用可	産婦人科外来へ 電話
苫小牧市立病院			○*	住所 苫小牧市清水町1丁目5-20 電話 0144-33-3131(代表) ※苫小牧市立病院で出産された方のみ利用可	病院にて受付
助産院みなも			○	住所 白老郡白老町虎杖浜48-6 電話 080-6207-0370 受付時間 10:00~17:00 (土日・祝日・年末年始を除く)	LINE 

○は、令和8年度から新たに開始しました。

\* 苫小牧市立病院の宿泊型は、多床室の利用となります(個室を希望する場合、別途料金要)。

### 里帰り出産の方へ

里帰り先で産後ケア事業を利用する方に対して、苫小牧市と同等の産後ケア事業を利用された場合、利用料の一部払い戻しが可能です。ご利用方法等、詳細はホームページでご確認ください。

### 流産・死産等を経験された方も産後ケア事業を利用することができます

産後ケア事業では、大切な赤ちゃんを亡くされたり、流産された方に寄り添い、こころとからだのケアをサポートします。

赤ちゃんのことを考えると寂しくてたまらない、眠れない、赤ちゃんのことを話せる人がいなくてつらいなどありましたらご相談ください。流産・死産後1年まで利用することができます。

### お問い合わせ

とまこまいこども家庭センター

(こども家庭支援室母子保健担当 旧：健康支援課)

TEL 0144-32-6411 FAX 0144-32-4322

開設時間 8:45~17:15(土日祝日除く)



ホームページはこちら