

# 坂城町産後ケア事業のご案内

★令和8年4月から利用料が軽減され、さらに使いやすくなりました★

産後、心身のケアや育児のサポート等を必要とされる方を対象に、安心して子育てができるよう、授乳や育児等に関する支援を受けられる「産後ケア事業」を行っています。  
利用料の一部を町で負担していますので、お困りの時はぜひご利用ください。

## 1. 利用できる方

坂城町に住所がある産後1年未満のお母さんとそのお子さんで次に該当する方

- ① 産褥期のからだの回復について不安がある方
- ② 育児の不安がある方
- ③ ご家族から援助が得られない方

しっかりおっぱい飲めているのか不安だな

産後の疲れが残ったままだな



おっぱいのあげ方、これでいいのかな

赤ちゃんのお世話、これでいいのかな

慣れない育児、少し疲れちゃったかも

## 2. 支援の内容

- ★ お母さんの心身のケア(健康のこと、乳房のことなど)
- ★ 赤ちゃんのケア
- ★ 育児について(抱っこの仕方、沐浴の仕方、授乳の仕方など)

## 3. 利用方法

- ①短期入所型・通所型・訪問型からお選びください。利用したい施設が決まったら、保健センターへ利用希望の旨をご連絡ください。
- ②利用を希望する施設の予約をお取りください。
- ③「産後ケア事業利用申請書」を保健センターに提出します。

※県内の里帰り先(記載の施設以外)で利用を希望される場合は、保健センターまでご相談ください。

乳房マッサージを受けられてよかった！

相談できて安心♪



【お問い合わせ先】

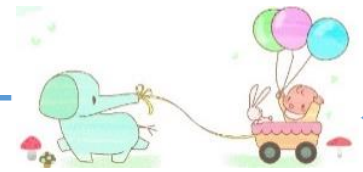
坂城町保健センター ☎0268-75-6230(直通)

### 3. 種類・料金

・短期入所型・通所型・訪問型を通算して5回目までは、記載の料金から1回あたり2,500円の減額補助があります。

※利用料金が2,500円未満の場合は、自己負担額が0円になります。

・施設の空き状況によって利用できない場合がありますので、事前に利用を希望する施設へご相談ください。



<短期入所型> 利用できる期間は、原則7日間までです。

医療機関・助産所名 電話番号	住所	部屋	利用料金(自己負担額)	
			右記以外	住民税非課税世帯 生活保護世帯
板倉レディースクリニック (026-291-0707)	長野市稲里町中央 1-12-12		5,000円	0円
篠ノ井総合病院 (026-292-2261)	長野市篠ノ井会 666-1		5,000円	0円
清水産婦人科医院 (026-219-3838)	長野市川中島町原 908-1		5,600円	0円
長野赤十字病院 (026-226-4131)	長野市若里 5-22-1		6,000円	0円
信州上田医療センター (0268-22-1890)	上田市緑が丘 1-27-21	個室 A	9,300円	0円
		個室 B	7,100円	0円
		2人室	6,660円	0円
		4人室	6,000円	0円
丸山産婦人科医院 (026-226-4484)	長野市鶴賀南千歳町 982		5,400円	0円
あべ母乳・子育て相談室 (080-5050-5593)	上田市住吉 760-8		8,000円	0円

・利用料金は、産婦および新生児 1 人の利用料金です。多胎児の場合の費用、きょうだい等の同室利用等については、各施設へお問い合わせください。また、食事代、衣服の洗濯料・賃借料、おむつ代、ミルク代等は別途自己負担となることがありますので、各施設へご確認ください。

☆県内の里帰り先(記載の施設以外)での実施施設は QR コードから「里帰り先の産後ケア実施助産所」にてご確認ください。



<通所型・訪問型>

利用できる回数は、通所型と訪問型をあわせて原則 7 回までです。

医療機関・助産所名 電話番号	住所	利用料金(自己負担額)				住民税 非課税世帯 生活保護世帯
		右記以外			訪問型	
		通所型				
		8 時間	4 時間			
篠ノ井総合病院 (026-292-2261)	長野市篠ノ井会 666-1	2,000 円			0 円	
丸山産婦人科医院 (026-226-4484)	長野市鶴賀 南千歳町 982	2,600 円	1,300 円		0 円	
子育て応援舎 ぽぽ (070-4397-5169)	坂城町大字坂 城 5724-15	2,400 円	1,600 円	1,200 円	0 円	
ながい助産院 母乳育児相談室 (026-274-2324)	千曲市稲荷山 治田 248-4	2,800 円	1,600 円	2,000 円	0 円	
あべ母乳・子育て相談室 (080-5050-5593)	上田市住吉 760-8	3,000 円	1,600 円	1,600 円	0 円	
助産所ひめぐり (090-4536-8909)	上田市小泉 2373-3		1,600 円	1,600 円	0 円	

※別途、初診料・交通費がかかる場合があります。詳しくは各施設へお問い合わせください。

利用された方からは、

「母乳マッサージをしてもらえてよかった！」

「母乳の相談ができてよかった」などのご感想をいただいています。

乳腺炎などの乳房トラブル、断乳の際の乳房ケア、産後疲れなどの  
休息で利用される方もいます。産後ケアについての詳細は  
保健センターまでお気軽にご相談ください。

また、保健センターでは随時相談を受け付けています。

妊娠中のこと、産後のこと、育児のことなど、気になることや心配な  
ことがございましたら、どんなことでもご相談ください♪

