

# 真岡市産後ケア事業のご案内



産後の疲れや育児不安、体調の不安定をサポートするために、助産師等のアドバイスを受け、お母さんの疲労回復や休息・身体のケア、育児不安を緩和・解消するための事業です

## 利用できる方

真岡市民で、生後1年未満（概ね4か月未満）の乳児とその母親

- ・ 出産の育児疲れから体調が良くない方
- ・ 授乳がうまくいかない等育児不安がある方
- ・ 身体を休めたいが家族の支援が受けられない方 等

※安心安全にご利用いただくため、母さんやお子さんの体調によって施設に利用が可能か確認が必要になります。また、医療行為が必要な方、感染症にかかっている方はご利用いただけませんのでご理解をお願いします

## 産後ケアの内容

産科医療機関や助産院に母子で宿泊型または日帰り型でケアを利用できます。

- ◎お母さんのケアや休息（乳房ケア等心身のケア・体調管理）
- ◎赤ちゃんのケア（健康状態のチェック、身長や体重等発育確認）
- ◎授乳やオムツ交換、沐浴等育児の相談
- ◎その他、お母さんと赤ちゃんの状況に合わせたケア

※産後ケア中の外出はできません



❁ 自己負担額無料です

利用回数 通算7日まで（例：1泊2日の場合は2日利用となります）

## 利用の流れ

### 1 利用相談・申請（看護師・保健師と面接等）

注) 利用調整が必要なため2週間前頃  
緊急の場合もお電話でご相談ください

- ① 利用希望の方は、こども家庭課母子健康係に電話または来課ください
- ② 産後の体調・育児状況・申請理由についてお伺いします
- ③ 真岡市産後ケア利用申請書に記入し、こども家庭課窓口へ申請  
※施設との利用調整は市が行い、決定した日程を利用者にお伝えします  
満床の場合、希望に添えない場合がございますのでご了承お願いいたします



### 2 利用決定

- ① 【産後ケア事業利用決定通知書】を送付します
- ② 産後ケアに必要な持ち物は各施設へお問い合わせください

### 3 産後ケア利用

各施設にて利用



### 4 アンケートに回答

産後ケア終了後、  
WEBアンケートの回答  
をお願いします

## 変更やキャンセル（キャンセル料について）

利用決定後にキャンセルや変更がある場合には、必ず利用施設と母子健康係にご連絡ください  
利用をとりやめた場合、キャンセル料が発生する場合があります、自己負担となります。  
利用施設へ直接お支払いください





## 利用施設一覧



※対象月齢や時間は、随時変更になる可能性があります。ご承知おきください。  
 ※お子様を安全にお預かりするため、宿泊型の場合、お子様の体重が概ね 6 kg 以下、寝返りができるようになる前までのご利用となります。

令和8年4月1日現在

| 施設名<br>住所/電話番号               |               | 宿泊     |        | 日帰り型                                 |        |
|------------------------------|---------------|--------|--------|--------------------------------------|--------|
|                              |               | 4 か月未満 | 4 か月以上 | 4 か月未満                               | 4 か月以上 |
| <b>①芳賀赤十字病院</b>              |               | ○      | ×      | ×                                    | ×      |
| 真岡市中萩 2-10-1                 | 0570-01-2195  |        |        |                                      |        |
| <b>那須赤十字病院</b>               |               | ○      | ×      | ○                                    | ×      |
| 大田原市中田原 1081-4               | 0287-23-1122  |        |        | 9-17 時                               |        |
| <b>②まざあーずへいぶん 佐藤助産院</b>      |               | ○      | ×      | ○                                    | △      |
| 下野市薬師寺 3178-10               | 0285-44-3603  |        |        | 4 時間 or 7 時間                         | 5 か月未満 |
| <b>③遠藤産婦人科医院</b>             |               | ○      | △      | ○                                    | △      |
| 筑西市八丁台 63                    | 0296-20-1000  |        | 5 ヶ月未満 | 10-16 時                              | 5 ヶ月未満 |
| <b>④さくら産後院</b>               |               | ○      | ×      | ○                                    | ×      |
| さくら市卯の里 1-11-1               | 028-612-5005  |        |        | 9-16 時<br>10 時~14 時                  |        |
| <b>⑤自治医科大学附属病院</b>           |               | ○      | ×      | ○                                    | ×      |
| 下野市薬師寺 3311-1                | 0285-44-2111  |        |        | 9:30—<br>16:30                       |        |
| <b>⑥アルテミス ★アルテミスで出産した方のみ</b> |               | ○      | ×      | ○                                    | ×      |
| 宇都宮市インターパーク 519              | 028-655-5600  |        |        | 時間はアルテ<br>ミスと相談                      |        |
| <b>⑦獨協医科大学病院</b>             |               | ○      | ×      | ○                                    | ×      |
| 壬生町北小林 880                   | 0282-87-2218  |        |        | 10-15 時                              |        |
| <b>⑧済生会宇都宮病院</b>             |               | ○      | ×      | ○                                    | ×      |
| 宇都宮市竹林町911-1                 | 028-626-5500  |        |        | 9-16 時                               |        |
| <b>⑨助産院BELL</b>              |               | ×      | ×      | 1 歳未満<br>半日型:3.5 時間<br>1 日型:10-17 時  |        |
| 下野市下古山 3258-2                | 090-4844-7718 |        |        |                                      |        |
| <b>⑩Amie 助産院</b>             |               | ○      | ×      | 1 歳未満<br>半日型:10-14 時<br>1 日型:10-18 時 |        |
| 下野市仁良川 1335-1                | 0285-42-5856  |        |        |                                      |        |
| <b>⑪産前産後ケア施設あいあい</b>         |               | ×      | ×      | 1 歳未満<br>6 時間:9 時 30 分-15 時 30 分     |        |
| 筑西市丙 34-5                    | 090-2977-9373 |        |        |                                      |        |

利用者の声  
 ゆっくり休めて、授乳  
 のことも相談できてよ  
 かった。育児が前向き  
 に頑張れそうです。



### 【お問合せ先】

こども家庭課母子健康係

電話:0285-83-8121

(お問合せ時間 平日 8:30~17:15)

