



# 産後ショートステイ ～助産所とうみ～

出産後のお母さんと赤ちゃんを助産師がサポートします

分娩施設を退院した後に、助産師による授乳や育児の支援が必要な方、手伝いがなかったり、体調がすぐれなかったりなどの理由から、赤ちゃんのいる生活に困難を感じる方などがご利用できます。また、赤ちゃんと一緒に、心地よいひと時をすごしながら、育児に自信が持てるようにサポートします。

利用できる時期	産科施設退院、出産後 5 日目以降（それ以前は要相談）、出産後 4 ヶ月未満まで 産後デイケアは、生後 1 歳まで利用できます。ただし寝返りや人見知りなどがある赤ちゃんは、育児支援の目的での利用とし、お母さんと赤ちゃんは、できるだけ一緒に過ごしていただけます。
申し込み時期 方法	妊娠中～ご利用 1 日前までに、 <b>お電話</b> にてお申込みください。 施設見学や面接も申し込み可能です。（居室の空き状況により、お待ちいただくことがあります。）

★産後ケア事業補助：東御市、上田市、佐久市、小諸市、軽井沢町、立科町、長和町、御代田町、青木村、佐久穂町、北相木村、南相木村、長野県助産師会と契約の市町村の方には、補助制度があります ★各市町村にお問い合わせください。

★利用基本料金：母と子一組の料金（税込み価格）

利用方法	時間	食事	利用料金
日帰り 9時～16時の 間利用	半日（4時間未満）	12時入所中の場合 ご希望の方のみ	10,000円（昼食代別） 双子の場合+1,000円
	1日（4時間以上）	昼食（810円）	15,000円（昼食代別） 双子の場合+2,000円
☆☆送迎の都合などにより、利用時間を延長される方 1時間につき+1,000円☆☆			
宿泊	入所は11時以降 退所は11時まで	1日3食 （1食810円）	1泊2日：35,000円 双子の場合+5,000円 ※1泊毎に35,000円追加
その他の料金 （利用料金に 含みません）	・食事代：1食810円 ・アロマオイル代 500円（希望者のみ） ・初診代1,100円 ・つき添い（夫もしくは家族 育児練習）1泊3,000円 ・賃貸用：布オムツ・オムツカバーセット 600円/1日、ベビー服300円/1日（新生児用のみ）		
持ち物	お母さん：保険証・母子手帳、筆記用具、部屋着、下着、生理用品、入浴用品（シャンプー、石ケンなど洗面用具、タオルやバスタオル、湯のみ、箸、スプーン、ティッシュなど 赤ちゃん：お尻拭き、ガーゼはんかち、おくるみ用バスタオル、必要な方はミルク、哺乳瓶洗浄・消毒セット衣類、紙オムツ（賃貸衣料利用の場合は不要）、ベビーローションなど ＊洗濯機使用無料（洗剤要） ＊ドライヤー、ミルク用ポット貸出あり		



連絡先：東御市立助産所とうみ  
（東御市民病院となり）



〒389-0502  
長野県東御市鞍掛 198  
電話：0268-62-0168

助産所とうみ  
ホームページ



## 産後ショートステイ利用にあたってのご案内

助産所とうみ

### 1 入退所について

- (1) 見学および面談、利用ご希望の方は、入所希望日前日までに、お電話にてお申込みください。
- (2) 面談なしでのご利用も可能です。
- (3) 妊娠中にお申し込みした場合、正式な利用開始日を出産後にお知らせください。出産予定日前後にこちらからお電話させていただくこともありますが、ご了承ください。
- (5) 分娩予約者の利用を優先しますので、居室の空き状況により居室の移動や早目の退所をお願いすることがあります。

### 2 食事について

- (1) 食物アレルギーのある方は、入所申込時に申し出てください。
- (2) 1日3食（朝8時、昼12時、夜18時、おやつ付）東御市民病院栄養科で準備していただきます。1日2食にするといった対応はできません。
- (3) 日帰り利用では、12時前までに入所の場合、希望者にお食事をご用意します。（別途810円かかります。）

### 3 面会について

- (1) 面会時間は午後3時～午後8時です。利用者の休養を優先し、面会は最低限でお願いします。
- (2) 助産所内では、不織布マスクの着用をお願いしています。
- (3) 体調のすぐれない方の面会をご遠慮ください。新型コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症流行期は、面会を制限することがあります。感染予防のためご協力お願いいたします。

### 4 家族の宿泊について

- (1) 家族の宿泊は、育児練習が必要な場合のみ可能です。上のお子さんの宿泊は行っておりません。付き添い料金一泊3,000円
- (2) 家族への食事の提供はできません。また、家族持ち込み分のゴミはお持ち帰りください。

### 5 その他

- (1) 助産所は分娩を扱う施設のため、分娩進行者がいるときには、赤ちゃんのお預かりができないことがあります。また、陣痛中の産婦やお子さんの声が聞こえることがあります。
- (2) 発熱・咳・鼻水などの症状が出た時やインフルエンザ等の感染症、入院治療が必要な場合は退所していただきます。
- (3) 貴重品の管理につきましては、利用者の責任においてお願いいたします。
- (4) 施設内は禁煙、禁酒です。
- (5) 利用をキャンセルする場合には、夜間でも構いません。はやめにご連絡ください。