



# 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。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。

★上田市、佐久市、東御市、小諸市、軽井沢町、立科町、長和町、御代田町、青木村、北相木村、南相木村の方は、補助制度があります。★ 各市町村にお問い合わせください。

利用できる時期	産科施設退院後、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
申し込み時期 方法	妊娠36週～ご利用1日前までに、 <u>助産所とうみにお電話ください</u> 。面談できますが、電話での説明も可能です。（居室の空き状況により、お待ちいただくことがあります。）

★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	半日（4時間以内）	なし	5,230円
	1日（8時間以内）	昼食（810円）	7,340円（昼食代含まず）
宿泊	入所は10時以降 退所は11時まで	1日3食 ※初日は2食 ※退所日は1食	1泊2日：20,000円 ※1日増毎に20,000円追加 ※双子の場合は、上記料金の5,000円追加
家族宿泊	21時までに入所	食事提供なし	大人：1泊：1,040円、子ども：1泊：510円
その他の料金 （利用料金に 含まない もの）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食事代：1食810円</li> <li>・布オムツ・オムツカバーのセット（新生児用のみ）賃借料540円／1日（持ち込み可）</li> <li>・衣類：ベビー服（新生児用のみ）：賃借料220円／1日（持ち込み可）</li> </ul>		
持ち物	保険証・母子手帳、印鑑 お母さん用：部屋着、下着、生理用品、室内履き、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、スプーンなど 赤ちゃん用：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、オムツ（賃貸衣料利用の場合は不要） ＊洗濯機無料で使えます（洗剤要） 乳児用衣類は賃貸不可のため持参して下さい		



## 連絡先

東御市立助産所とうみ  
（とうみ市民病院となり）  
長野県東御市鞍掛 198  
電話：0268-62-0168



## 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) 入所希望日前日までに助産所で面談し、「ショートステイ利用申込書」「同意書兼保証書」を提出していただきます。面談にお越しいただける日時を調整しますので、まずお電話でのお問い合わせをおねがいします。（状況に応じて、面談なしでのご利用も可能です。）
- (2) 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すぐ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（0268-62-0050）させていただくこともありますが、ご了承ください。
- (3) 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。ご了承ください。

### 2. 見学について

事前にお電話(0268-62-0168)でご連絡ください。

### 3. 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食を東御市民病院栄養科で準備します。1日2食にするといった対応はできません。
- (3) 日帰りの場合は、希望によりお食事をご用意します。（別途810円かかります）

### 4. 面会について

- (1) 面会時間は午後3時から午後8時までです。利用者の休養を優先しますので、面会は最低限にしてください。
- (2) 体調のすぐれない方の面会をご遠慮ください。赤ちゃんのきょうだいの体調が悪い時も助産所への立ち入りはできません。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ねがいします。

### 5. 家族の宿泊について（新型コロナウイルス流行期につき家族の宿泊はご遠慮いただいております）

- (1) 家族への食事の提供はできませんので、ご用意ください。
- (2) 上のお子さんが一緒に過ごされる場合は、お子さんの面倒を見ることができる大人の付き添いが必要です。こどもさんの保育はできません、また隣室などほかの入所者の迷惑にならないようご配慮ください。万が一けがをされた場合、助産所では責任を負えませんが見守りをおねがいします。

### 6 その他

- (1) 助産所は病院ではありませんので、インフルエンザ等の感染症にかかったり、入院治療が必要になったりした場合には、退所していただきます。
- (2) 貴重品の管理につきましては、利用者の責任においておねがいいたします。
- (3) 施設内は禁煙、禁酒です。