津市　産後ケア事業のご案内

利用できる方

津市に住民票がある出産後１年未満のお母さんとそのお子さんで、下記のケアを希望する方。
流産・死産された方も対象になります。
※専門的な医療が必要な方、感染症にかかっている場合は利用できません。

からだ・こころのケア
体と心の不安をやさしく整えます。
お母さんの体調管理や生活指導、育児の相談など

赤ちゃんのケア
赤ちゃんの育ちを見守り、安心につなげます。
発育・発達の確認、相談など

育児手技のケア
ワンポイントアドバイスでお母さんの自信へ。
夜泣き、寝かしつけ、抱っこの仕方や沐浴指導

授乳のケア
授乳方法を問わず、ケアを行います。
乳房マッサージや母乳育児についての相談など

利用の流れ

妊娠中に申請された方は、出産後保健センターにご連絡ください。
その時点で面談、日程・施設を調整します。

妊娠中
妊娠8か月のアンケート回答時に産後ケア事業の「利用予定がある」と回答し、申請フォームからお手続きください。

利用申請 → 利用券郵送 → 面談 → 審査 → 日程・施設調整 → 利用

出産後
通院している産婦人科および助産所、各保健センターにご相談ください。

利用申請・面談 → 審査 → 利用券郵送 → 日程・施設調整 → 利用

7日分の利用券をご自宅へ郵送します。

ケアの種類と自己負担金

利用日数は最長**7日間**です

・利用種類を組み合わせても、連続していなくてもかまいません。
・複数回利用の場合は、原則同施設のみの利用となります。
・利用料金について、生活保護世帯の方や非課税世帯の方は免除があります。
・多胎児については、利用方法によって料金が異なりますので、保健センターにご確認ください。

宿泊型

医療機関や助産所に宿泊してケアを受ける。

（利用料金）
【母子で利用】１泊２日：7,000円、その後１日ごとに3,500円
【母のみで利用】１泊２日：6,000円。その後１日ごとに3,000円追加。

産後の入院に引き続き利用することもできます。育児に慣れてから自宅での育児を始めたい方、退院後のサポートが少ない方にオススメです。



通所型

医療機関や助産所で日中の8時間程度ケアを受ける。

（利用料金）
【母子で利用】
【母のみで利用】　１日：2,000円



訪問型

助産師がご自宅へ訪問し、日中の2～3時間程度ケアを受ける。

（利用料金）
【母子で利用】
【母のみで利用】　１日：1,200円



利用者の声

宿泊型
体が楽になり、リフレッシュすることができました。

通所型
育児に関するちょっとした疑問にもすぐに対応して頂き、不安解消に繋りました。

訪問型
自宅が１番安心できるため、自宅に来てくださるのは本当に助かりました。

利用時の注意事項

① 利用日は、ご希望を伺いながら、施設と調整し決定します。施設の都合等（月齢や条件等）で希望どおりの内容で調整できない場合があります。
② 原則、利用日決定後の日時や種類の変更はできません。
③ お子さんの託児を目的とした事業ではありませんので、完全な母児別室とはなりません。
④ お子さんのきょうだいへのサービスは含まれません。また、産後ケアサービスご利用中には外出はできません。
⑤ 施設で準備する寝衣、日用品やお子様の離乳食、訪問型での駐車料金等の実費は、施設へ直接のお支払いが生じることがあります。
⑥ 利用決定後に、利用者様のご都合による取り消しや変更がある場合には、キャンセル料の負担が生じることがあります。その際は、施設にお支払いをお願いします。

津市 健康づくり課 R8.11月作成

令和8年度 産後ケア事業　協力機関一覧

	施設名	所在地	電話番号	産後ケアの種類 宿泊型	産後ケアの種類 通所型	産後ケアの種類 訪問	条件など
				利用できる時期			
津市内	セントローズクリニック	新町1丁目5-16	059-221-5555	○ 生後1年未満		—	未就園のきょうだいの利用の際には、自己負担必要
津市内	三重中央医療センター	久居明神町2158-5	059-259-1211（代表）	○ 要相談	—	—	自施設で入院継続の児または産婦のみ
津市内	ヤナセクリニック	乙部5-3 フェニックス メディカル センタービル2階	059-227-5585	○ 概ね4か月まで		—	
津市内	かつはら助産院	白山町藤838－1	059-262-7811	○ 生後1年未満			携帯 080-5115-4138
津市内	くつろか助産院	久居東鷹跡町185-8	059-255-3258	—	○ 概ね4か月まで		携帯 090-3453-6906
津市内	高野助産院	久居桜が丘町1730-109	090-7432-8362	—	○ 生後1年未満		
津市内	みなみで助産院	香良洲町5845-1	090-6098-5603	—	○ 生後1年未満		
津市内	助産院 ミモザ	青葉台2丁目10－7	090-5936-8094	—	○ 生後1年未満		
津市内	みわ助産所	一身田上津部田1503-53	090-9566-6537	—	○ 生後1年未満		
津市内	月のりぼん	津市芸濃町椋本523番地1	090-2346-6157	—	○ 生後1年未満		※令和8年6月～
津市内	小塚産婦人科	桑名市矢田419ー1	0594-22-0939	○ 生後4か月未満		—	
津市内	ヨナハ丘の上病院	桑名市さくらの丘1番地	0594-41-4781	○ 生後4か月未満		—	
津市内	おばたレディースクリニック	四日市市川島町6842-1	059-320-1212	○ 生後4カ月未満	○ 生後1歳未満	—	・原則自施設で出産した方のみ。 ・自施設以外でも公立病院、里帰り出産の方は可。
津市内	白子ウィメンズホスピタル	鈴鹿市南江島町9-15	059-388-2221	○ 生後2か月未満		—	別途 個室料等、自己負担必要
津市内	宮崎産婦人科	鈴鹿市平田2-1-8	059-378-8811	○ 生後3か月未満		—	・里帰りなどで自施設以外で出産した児は要相談 ・別途 個室料は自己負担必要
津市内	ナオミレディースクリニック	松阪市深長町823	0598-63-0101	○ 生後4か月未満		—	自施設で出産した児のみ
津市内	南産婦人科	松阪市下村町1041	0598-29-2020	○ 生後3か月未満		—	自施設で出産した児のみ
津市内	菊川産婦人科	伊勢市一之木5-15-5	0596-23-1515	○ 生後4か月未満		—	自施設で出産した児のみ
津市外	まちかど助産庵 co＊toiro(ことぃろ)	桑名市船馬町64-2	0594-73-7338	—	○ 生後1歳未満		
津市外	みずき助産院	三重郡朝日町柿963番地	090-9244-5730	—	○ 5か月以降は要相談	○ 生後1年未満	
津市外	和笑(なごみ)助産所	いなべ市員弁町松之木1577−4	090-1413-8855	—	○ 生後1歳未満		
津市外	レディースケア アントラクト	三重郡菰野町神森420-3	090-1982-9019	—	○ 生後1歳未満		
津市外	助産所マタニティ・ハウス「ひまわり」	鈴鹿市高塚町字神垣1066-31	059-370-4970	○ 4か月以上は要相談			
津市外	母子支援室みかん	名張市つつじが丘北2番町180-20	070-1547-1652	○ 生後1歳未満			希望あれば送迎可（名張市内500円）
津市外	とちの実助産処	松阪市虹が丘町21-2	090-4255-1228	—	○ 生後6か月未満		
津市外	澄助産院	松阪市船江町566	080-2587-1863	—	○ 生後1歳未満		
津市外	助産院 Raccoon～ラクーン～	松阪市久保町1503-11	090-9885-7329	—	○ 生後1歳未満	—	※令和8年6月～
津市外	助産院 エンジェルスマイルモモ	伊勢市佐八町2022-1	0596-39-1135	○ 生後1歳未満			
津市外	産前産後ケア サポートハウス せいりき	伊勢市小俣町明野368	0596-72-8814	○ 生後1歳未満			訪問型は伊勢市内まで
津市外	たけうち助産所	志摩市阿児町神明1400-22	090-3251-0192	○ 生後1歳未満			土･日･祝は要相談
津市外	うみまち助産院	鳥羽市小浜町299-155	090-5112-5372	—	○ 生後1歳未満		

♡訪問型のみ（三重県助産師会）

施設名	所在地	電話番号	条件など
中谷助産所	津市	080-3283-7848	
助産院 糸		090-1860-7988	
しまなみ助産院・津		090-6233-3726	
いわはな助産院 母乳育児相談室	桑名市	080-7857-4991	
助産院 ご縁まる	三重郡川越町	070-1665-6685	
OLA	三重郡菰野町	090-6803-4358	
助産所ここから	四日市市	090-5610-2059	
ママサポ出張助産院Ohana		090-2344-5692	
ママノトモ		080-1559-7478	
出張・オンライン専門助産院felice		090-7853-0319	
ママケアサポート HUG MAMA		090-2572-9025	
はなえみ助産所		090-3582-9111	
助産所お日さま		090-7304-8425	
助産所ひっつきむし	鈴鹿市	090-5034-3749	
助産所ははみちる		090-3968-7653	
とも助産所		090-2132-6980	
きわ助産所		090-9050-2073	
うららか		090-2501-0328	
しんぼ助産院	名張市	090-2343-6735	
さくら助産院	松阪市	080-6914-7626	
育助産院		090-4231-7115	※令和8年7月～
あかね助産院	多気郡多気町	090-1746-8843	
出張専門 アキ助産院	多気郡大台町	070-9150-1848	

※最新の利用できる施設は、二次元コード先の最新のチラシをご確認いただくか、各保健センターまでお問い合わせください。



お問い合わせ先

【各保健センター電話番号　市外局番(059)】

中央保健センター	河芸保健センター	芸濃保健センター	美里保健センター	安濃保健センター
229-3164	245−1212	266-2520	279-8128	268-5800
久居保健センター	香良洲保健センター	一志保健センター	白山保健センター	美杉保健センター
255-8864	292-4183	295-0112	262-7294	272-8089

津市 健康づくり課 R8.11月作成