

予約方法



①札幌子育て情報サイトより、産後ケア予約サービスTeOTe産後ケアにアクセスし、アカウントを作成



TeOTe産後ケア

②妊娠出産の情報を入力し、市へ利用申請

③市の承認結果がメールまたはLINEで届く

④利用したい施設を登録し、予約

⑤事業を利用、利用後にアンケートを回答

※①～③は利用前の1回のみです。

(札幌市産後ケア事業のご案内より抜粋)

利用時間・料金・回数など



対象者 札幌市に住民票がある
生後6か月未満のお母さん
と赤ちゃん

※市外の方も利用できますが、自費となります。

利用時間 宿泊型:11時～翌15時
日帰り型:10時～14時

料金 1泊:7500円(2500円)
(非課税・生活保護世帯)
1日:2500円(1000円)

**利用回数
の上限** 宿泊・日帰り合わせて
7日以内

※1泊2日の利用は2日間とカウントします

産後ケアの例



1泊2日の場合の宿泊型

11:00 来院

- ・ 体調確認
- ・ オリエンテーション

12:00 昼食

18:00 夕食

7:30 朝食

12:00 昼食

15:00 帰宅

- ・ 沐浴の練習
- ・ 抱っこの仕方
- ・ 育児相談
- ・ 乳房ケア
- ・ 授乳相談
- ・ 赤ちゃんの体重測定等

産後ケアの例



日帰り型

10:00 来院

- ・ 体調確認
- ・ オリエンテーション

12:00 昼食

- ・ 沐浴の練習
- ・ 抱っこの仕方
- ・ 育児相談
- ・ 乳房ケア
- ・ 授乳相談

14:00 帰宅

- ・ 赤ちゃんの体重測定等