

# 練馬区産後ケア事業のご案内

(母子ショートステイ・母子デイケア・産後ケア訪問)



お母さんと赤ちゃんが、助産師のいる施設での母子ショートステイ（宿泊）や母子デイケア（日帰り）、産後ケア訪問（助産師による家庭訪問）により、育児相談や授乳相談などを受けることができる事業です。

## ●産後ケア事業を利用できる方

### 下記すべてに当てはまる方

- ・区から利用承認を受けた方
- ・練馬区民の方で、出産後 1 年未満の母子（ショートステイは概ね 4 か月まで）
- ・母子ともに医療的な処置が必要のない方
- ★必要に応じて、保健相談所の保健師と産後ケア施設で連携を取りながらサポートします。
- ★妊娠・出産・子育てに関するご相談をうかがう中で、ご利用をお勧めする場合があります。ご心配なことやお困りのことなどがございましたらお気軽に担当の保健相談所にご相談ください。

### ★ご利用にあたっての注意事項

- ・希望者多数の場合、ご希望に添えない場合がございます。
- ・急性感染症(麻しん、風しん、インフルエンザなど)に罹患している時は利用できません。
- ・利用承認を受けた方であっても、ご利用時点の健康状態やその他の事由により、施設の側で受け入れできない場合がございます。
- ・ショートステイとデイケアは、必ず、お母さんと赤ちゃんと一緒にご利用ください。お母さんだけのご利用や赤ちゃんの預かりはいたしません。また、上のお子さんと一緒にご利用いただくことはできません。
- ・ショートステイは概ね 4 か月までの利用となります。
- ・**4 か月を過ぎた赤ちゃんのデイケア利用については、各施設へお問合せください。**

## ●ケアの内容

サービスの種類と月齢によりケア内容が異なります。

- ① お母さんへの助産師ケア（乳房ケア・授乳相談）、育児相談
- ② 赤ちゃんの健康チェックと沐浴、沐浴の練習
- ③ お母さんへの食事の提供、赤ちゃんへのミルクの提供（産後ケア訪問では食事、ミルクの提供はありません。）

## ●利用日数・利用者負担額

	利用日数・回数	利用者負担額※1	食事※2
母子ショートステイ (宿泊のご利用)	7日まで	1泊2日 7,000円 その後1日ごと 3,500円	1日3食
母子デイケア (日帰りのご利用)	12日まで (多胎児世帯は18日) (利用時間10時～16時)	1日 1,500円	1日1食
産後ケア訪問	6回まで (多胎児世帯は10回) (1回90分程度)	1回 500円	なし

※1 非課税世帯、生活保護世帯は減免措置があります。

※2 食事をとらなかった場合も利用者負担額は変わりません。食事の持ち込みは原則禁止です。

## ●区への申込み・利用までの流れ

---

### 1 練馬区に申込みをする

- 妊娠 20 週以降から申請できます。
- スマートフォン等から電子申請ができます。(利用日の 14 日前まで)
- 担当の保健相談所で紙の申請書を記入し、申請をすることもできます。

### 2 利用承認通知書と利用者カードが届く(予約は完了していません)

- 申請が受理されたら、後日、**利用承認通知書と利用者カード**が届きます。
- 利用者カード**にお母さんの氏名と利用者番号(**利用承認通知書**に記載してあります)を記入してください。
- 利用承認通知書**に、○がついている事業をご利用いただけます。  
各サービスの利用回数と料金をご確認ください。利用回数内で複数の施設をご利用いただけます。
- 利用者カード**は母子健康手帳に挟んでおき、産後ケア利用時に**利用承認通知書**と併せて事業所にご提示ください。

### 3 事前に施設のオリエンテーションを受ける。希望する場合は施設見学をする

- 利用を希望する施設に連絡し、オリエンテーションを受け利用の準備をする。
- 見学をご希望の場合は施設にご相談ください。
- 産前に利用予約をすることはできません。ご出産後、必ず施設に予約が必要です。

### 4 出産後、利用日を決める(利用予約)

- 利用を希望する施設へ連絡し、利用者番号を伝えて利用日を決めてください。
- 事前のオリエンテーションを受けてない場合は、施設の利用についてオリエンテーションを受けてください。

#### ★利用予約後のキャンセルについて★

利用日前日の午前 10 時まで、施設へ直接ご連絡ください。(前日が休みの場合は前々日まで)

前日 10 以降のご連絡や、ご連絡がなかった場合は、1 回ものみならず利用者負担額をお支払いいただきます。  
ご自身で利用者カードの利用予定だったサービス欄にキャンセル日のご記入をお願いします。

### 5 利用日当日

- 事業所に**利用承認通知書と利用者カードを提示**し利用日の記入をしてもらいます。
- 施設に利用者負担額をお支払いください。
- その他の必要な持ち物などは、施設見学や予約の際に施設から案内された物をご用意ください。
- \* 利用当日に**利用者カード**を忘れた場合、または、書類が届く前に産後ケアを利用した場合は、必ずご自身で利用日の記入をお願いします。

### 6 施設利用終了後

- 産後ケアの利用が終了したら、アンケートに回答をお願いします。
- アンケートは利用者カード裏の二次元コードを読み取り、スマートフォン等から電子で回答してください。
- 複数の事業所を利用した場合は、事業所ごとに回答をお願いします。

## ●申し込み、問い合わせ

---

住所を担当する担当の保健相談所。

※電子申請に関する問い合わせは、健康推進課母子保健係でお受けします。(03-5984-4621)

●実施施設と利用できるサービス ※利用可能な月齢についての詳細は各施設にお問い合わせください。

母子ショートステイ

施設名	住所	電話	備考
医療法人社団 順桜会 桜台マタニティクリニック	練馬区桜台4-32-8	03 (6915) 8061	ホームページのフォームよりお申込み可能
つむぎ助産所	練馬区石神井台2-2-17	03 (6913) 4130	開催日不定期、概ね生後2か月まで、一泊二日、授乳・沐浴・内風呂など育児技術習得型ステイ（詳しくはホームページ参照）
順天堂大学医学部附属練馬病院	練馬区高野台3-1-10	03 (5923) 3111	生後4ヶ月未満まで
ばお助産院	練馬区氷川台4-51-5	03 (6914) 9938	
公益社団法人 地域医療振興協会 練馬光が丘病院	練馬区光が丘2-5-1	03 (3979) 3611	産後の入院に引き続き利用する場合に限り、ご利用いただけます。他院で出産の方は分娩施設を退院後、自宅へ戻らず同日に産後ケア入所に限り利用いただけます。
社会福祉法人 聖母会 聖母病院	新宿区中落合2-5-1	03 (3951) 1111	生後2か月未満まで
国立国際医療研究センター病院	新宿区戸山1-21-1	03 (3202) 7181	生後1か月未満まで
松が丘助産院	中野区松が丘1-10-13	03 (5343) 6071	生後5ヶ月未満まで
しらすぎふれあい助産院	中野区鷺宮3-3-6 シュプール1階	03 (3339) 5356	生後5か月未満まで
河北総合病院	杉並区阿佐谷北1-7-3	03 (3339) 2121	
医療法人財団 荻窪病院	杉並区今川3-1-24	03 (3399) 1101	産後の入院引き続き利用する場合に限る
赤川クリニック	杉並区上荻1-24-6	03 (3391) 6694	生後6週まで。ご主人様の宿泊も可能。
東京都立豊島病院	板橋区栄町33-1	03 (5375) 1234	概ね生後2か月まで。ホームページのフォームからもお申込み可能。
医療法人 慶桜会 大塚産婦人科小児科医院	新座市片山1-16-3	048 (479) 7802	生後4ヶ月未満まで

母子デイケア

施設名	住所	電話	備考
ふたば助産院	練馬区桜台3-14-15 ルミエール201	03 (6914) 7181	ホームページよりネット予約可能
医療法人社団 順桜会 桜台マタニティクリニック	練馬区桜台4-32-8	03 (6915) 8061	要相談
なかま助産所	練馬区豊玉上2-27-2 ブティックビル	03 (6914) 9365	赤ちゃんの沐浴は生後3か月まで
いつき助産所	練馬区向山1-4-7	070 (1338) 0723	
つむぎ助産所	練馬区石神井台2-2-17	03 (6913) 4130	火・木・金のみ開催、生後3か月まで、予約はホームページより
順天堂大学医学部附属練馬病院	練馬区高野台3-1-10	03 (5923) 3111	生後2ヶ月未満まで
ばお助産院	練馬区氷川台4-51-5	03 (6914) 9938	生後4か月未満まで
まどれ助産院	練馬区早宮4-40-3	03 (6280) 7081	
社会福祉法人 聖母会 聖母病院	新宿区中落合2-5-1	03 (3951) 1111	生後2か月未満まで
松が丘助産院	中野区松が丘1-10-13	03 (5343) 6071	生後7ヶ月未満まで
しらすぎふれあい助産院	中野区鷺宮3-3-6 シュプール1階	03 (3339) 5356	生後7か月未満まで
河北総合病院	杉並区阿佐谷北1-7-3	03 (3339) 2121	
赤川クリニック	杉並区上荻1-24-6	03 (3391) 6694	生後3ヶ月未満まで
たちね助産院	杉並区高井戸東4-7-7 サニーコーポ高井戸東1F	03 (3331) 5606	6か月未満まで 予約はホームページの予約サイトより申し込み
東京都立豊島病院	板橋区栄町33-1	03 (5375) 1234	火曜日のみ開催。概ね生後2か月まで。ホームページのフォームからお申込み可能。
はうお助産院	板橋区成増1-27-13 山口ビル201	03 (6780) 1666	原則4ヶ月未満まで。4か月までに最初の産後ケアを当院でご利用いただいている方で継続して支援が必要だと判断した場合にそれ以降（生後6か月未満まで）の産後ケアのご利用も可能です。すでに4ヶ月を過ぎているかたはまずは一度母乳外来をご利用の上、産後ケアの必要性があるかどうかの判断をさせていただきます。（生後6か月未満まで）
吉祥寺ふわる助産院	武蔵野市吉祥寺東町1-11-13	070 (9090) 8760	生後6か月未満まで。予約はホームページの予約サイトより申し込み可能。電話予約不可。
産前産後ケア助産院はるかぜ	武蔵野市吉祥寺本町2-12-5 スプリングハウスビル301号	0422 (29) 3860	生後7か月未満まで

産後ケア訪問

施設名	代表助産師名	住所	電話	訪問地域				備考
				練馬	光が丘	石神井	大泉	
ふたば助産院	白石 朗世	桜台3	03 (6914) 7181	○	○	△	△	
なかま助産所	名嘉真 あけみ	豊玉上2	03 (6914) 9365	○				
百合助産院母乳育児相談室	正木 百合	貫井3	090 (9244) 5603	○	○	○	○	
いつき助産所	米山 玲	向山1	070 (1338) 0723	○	○	○	○	
麻の実助産所	土屋 麻由美	中村南1	090 (1735) 4047	○				
やぶた助産院	菟田 真紀子	石神井町8	090 (4746) 2234			○		
つむぎ助産所	渡辺 愛	石神井台2	03 (6913) 4130			△	△	新規利用は石神井台・上石神井・南大泉・東大泉のみ。デイケア利用者は応相談
あおい助産所	岸本 希美	関町南1	080 (4633) 8467	○	○	○	○	
助産所 ここまる	榎本 裕子	関町南3	080 (5058) 5509	○	○	○	○	
山野助産院	山野 雪江	大泉町1	090 (1541) 4858		○	○	○	
しふら助産院	島野 栄子	田柄2	090 (3818) 3889	○	○	○		
みらい助産所	富田 未来	春日町6	070 (7657) 2534	○	○	○	○	
ばお助産院	佐々木 美幸	氷川台4	03 (6914) 9938	○	○	△	△	石神井・大泉エリアはショートステイ利用者で経過フォロー希望の場合のみ
しらすぎふれあい助産院	木村 恵子	中野区鷺宮3	03 (3339) 5356	○	○	○	○	
産前産後ケア助産院はるかぜ	江坂 まや	武蔵野市吉祥寺本町2	0422 (29) 3860			○	○	