



## 令和4年度 中野区産後ケア事業のご案内



産後のお母さんの休養や赤ちゃんのケア、授乳指導  
育児相談を日帰りで受けることができます。

### 利用できる方

- 中野区に住所がある方
- かんがるー面接をお受けになった方
- 出産後満7か月になる前日までの母子
- 産後に心身の不調や育児不安のある方



↑産後ケア事業の詳細は、  
ホームページをご参照下さい

### ケア内容

- 産後の疲労回復ケア、育児相談、授乳指導など
- 乳児のケア、健康状態、体重チェックなど

### 利用の流れ

直接、デイケア実施施設にご連絡ください。(裏面参照)

#### 【利用時間】

午前10時から午後3時(1日3時間以上のご利用が基本です)

#### 【利用回数】

ショートステイ、デイケア、アウトリーチの3種類の事業を合わせて15回  
(多胎は21回)まで利用できます。ただし、ショートステイについては7回まで

#### 【利用者負担金】

1回につき1,000円 生活保護世帯、住民税非課税世帯は無料

### お問い合わせ

中部すこやか福祉センター(中央 3-19-1)	03-3367-7788
北部すこやか福祉センター(江古田 4-31-10)	03-3388-0240
南部すこやか福祉センター(弥生町 5-11-26)	03-3380-5551
鷺宮すこやか福祉センター(若宮 3-58-10)	03-3336-7111



## 実施施設

デイケア実施施設	所在地・電話番号（お問い合わせ時間）	実施日
松が丘助産院	中野区松が丘 1-10-13 03-5343-6071（9：00～17：00）	通年
ひだまりクリニック	杉並区和田 3-4-12 080-3316-4152（9：00～17：00） 留守番電話に「デイケア利用希望」と入れてください	月～金
助産師訪問 PAM オオクボクミコ	中野区野方 5-18-3 090-9648-9521（9：00～16：00） 留守番電話に「デイケア利用希望」と入れてください	通年
ファン助産院	杉並区成田西 1-25-9 03-3313-5658（9：00～17：00）	通年
しらすぎふれあい 助産院	中野区白鷺 2-10-17 移転に伴い4月13日～4月18日まで休止 移転先 中野区鷺宮3-3-6シュプール101 03-3339-5356（月～土 9：00～17：00）	月～土
たらちね助産院	杉並区高井戸東 4-7-7 サニーコーポ高井戸東1F 03-3331-5606 急ぎ 090-4932-4162 （9：00～17：00）	通年
かえる助産院 母乳育児相談室	中野区鷺宮 4-44-4BELAIR101 03-3330-5510（留守番電話対応）	通年
聖母病院	当院でご出産された方が対象となります。	
河北病院		

事業の案内や実施施設等について、情報の更新をしている場合があります。  
中野区や実施施設のホームページをご確認ください。



中野区HP トータルケア  
事業はこちら