

出産後の不安・悩みをお持ちのみなさまへ



助産師がご自宅に訪問し産後生活面の相談や育児相談、授乳方法などをサポートします。

産後は、急激なホルモンバランスの変化により、精神的にも不安定になりがちです。赤ちゃん、お母さんへの知識豊富な助産師が自宅に訪問し各種相談等に応じます。小さな悩みの相談でも、遠慮なくどうぞ。

ケア内容

- ・産後の生活面の相談
疲労した心と体のケアのやり方・母乳トラブルの解消方法など
 - ・育児相談
授乳方法・お風呂の入れ方についての指導など
- ※1回の派遣は、2時間程度です



産後ケア事業の詳細は、ホームページをご参照下さい

利用できる方

- ・中野区に住所がある方
- ・かんがる一面接をお受けになった方
- ・出産後満1歳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

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回までとなります。

利用者負担金

1回につき3,000円

※生活保護世帯、住民税非課税世帯は無料

利用の流れ

直接、裏面の助産院等へ連絡してください。（9:00～17:00）
利用日時等の調整を行い、予約日に助産師がご自宅を訪問します。
利用の際は、訪問した助産師に「産後ケア事業利用カード」をご提示ください。




問い合わせ先

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



実施機関

事業者名	所在地 電話番号 等	
しらさぎふれあい助産院	中野区白鷺 2-10-17 (4月19日移転) 中野区鷺宮 3-3-6 シュプール101	https://www.shirasagifureai.com/menu_details/ 
ファン助産院	ファン助産院で産後ケア事業を利用されたことがある方が対象です。 詳しくは助産院にお問い合わせください。 ☎ 03-3313-5658	
ひだまりクリニック	杉並区和田3-4-12 080-3316-4152 (9:00~17:00) 対応: 月から金まで。	
聖母病院	聖母病院で出産された方が対象です。 詳しくは病院にお問い合わせください。	
助産師訪問PAM オオクボ クミコ	中野区野方 5-18-3 090-9648-9521	



トータルケア事業に
ついてはこちら

