



# 産後ケアのご案内

産後のお母さんの体や赤ちゃんのケア、授乳や沐浴指導を受けられる事業です。助産師等による育児相談も行っています。出産後に家族からの十分な支援を受けられない方など、育児の支援が必要な方をサポートします。宿泊型・日帰り型その他、助産師が利用者の自宅へ訪問して行う訪問型の3つのケアプランがあります。

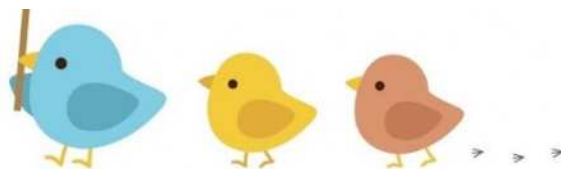
	宿泊型	日帰り型	訪問型
対象	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 荒川区に住所があり、産後1年未満のお母さんと赤ちゃん (宿泊型と日帰り型については、施設により産後4か月未満の方のみ予約受入れ)</li> <li>● 家族等から十分な援助が受けられず、育児等に不安がある方</li> </ul>		
ケア内容	(1)産後における母体管理及び生活面の指導 (2)乳房管理、乳房ケア (3)授乳・沐浴等の指導 (4)産後の心身や乳児の発育等に関する相談 (5)保健指導 (6)食事の提供 (7)母の休養		助産師が自宅を訪問して実施 (1)乳房ケア (2)授乳指導 (3)産後の心身や乳児の発育等に関する相談
利用料	1日 6,000円 1泊2日 12,000円 2泊3日 18,000円 3泊4日 24,000円	1日 4,000円	1回 1,000円
	多胎児加算 1日 1,600円	多胎児加算 1日 1,500円	多胎児加算 1回 800円
*住民税非課税世帯は半額、生活保護世帯は全額免除			
利用上限	3泊4日まで	4日まで	6回まで(1回1時間程度)
	*一度の申請で3タイプ全て利用できます*		
実施施設	<産後1年未満> ・加藤産婦人科医院	<産後1年未満> ・たんぼぼ助産院 (月～金。土日祝は要相談)	<産後1年未満> ・たんぼぼ助産院 (月～金 10～17時。土日祝は要相談)
	<産後4か月未満> ・東京リバーサイド病院 ・綾瀬産婦人科・綾瀬産後ケア ・あらかわレディースクリニック ・たんぼぼ助産院 ・永寿総合病院	<産後4か月未満> ・東京リバーサイド病院 (日帰り型は平日の月～金) ・綾瀬産婦人科・綾瀬産後ケア	・You and me 助産院 (平日の月～金 9～17時実施) ・にしやま助産院 (月～土 8時30分～17時) ・Luana 助産院 ・団子坂なのはな助産院 (町屋・西日暮里・東日暮里地域近郊で実施)【要相談】


※ 宿泊型・日帰り型の乳児の兄・姉の利用については、たんぼぼ助産院・綾瀬産婦人科のみで有料で実施しています。ただし、兄・姉の保育サービスはありません。お母さんと一緒にお過ごし頂きます。

※感染症拡大の状況により各施設受入れ期間が変更になる場合がございます。詳細は、各施設のホームページをご確認していただくか、電話でお問い合わせをお願いいたします。

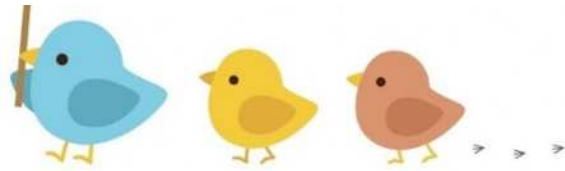
<問い合わせ> 荒川区子育て支援課 子育て事業係  
電話：3802-3111 内線3861

# 利用方法



	手続きの流れ	注意事項
① 申請	<ul style="list-style-type: none"> <li>●電子申請 東京共同電子申請・届出サービスを通して申請することができます。右の QR コードを読み取って申請してください。</li> <li>●窓口申請 子育て支援課子育て事業係（区役所2階⑩番窓口）で申請ができます。<u>母子手帳をご持参ください。</u></li> <li>●郵送申請 荒川区ホームページから申請書をダウンロードすることができます。 母子手帳 P1「出産届出済証明」と記載のあるページの写しを取り、申請書と一緒に子育て支援課子育て事業係まで郵送してください。</li> </ul>	 <p>電子申請 QR コード</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆おおむね妊娠8か月(妊娠28週)以降に申請を行ってください。</li> <li>◆非課税世帯・生活保護世帯の方は証明するものがが必要です。</li> </ul>
② 利用決定	<p>子育て支援課子育て事業係より、<u>利用承認通知書</u>と<u>情報通知書</u>を郵送します。(承認番号を記載しています)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆自宅に届いたら、紛失しないよう大切に保管して下さい。</li> </ul>
③ 予約	<p>利用者は、希望する実施施設に連絡し、予約を行います。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆空き状況によって、ご希望に沿えない場合もあります。</li> </ul>
④ 利用	<p>産後ケアを利用した後、利用者が施設に直接料金を支払います。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆承認通知書・情報通知書・母子手帳を必ずご持参ください。</li> <li>◆キャンセルする場合は、<b>利用日前日午前11時まで</b>に実施施設に連絡を入れて下さい。</li> </ul> <div style="border: 1px dashed pink; padding: 5px;"> <p>※午前11時以降、又は連絡なくキャンセルした場合は、<u>利用があったものとして、利用可能日数から差し引きます。</u></p> </div>

# 実施施設



実施施設	住所	電話番号	電話受付時間
東京リバーサイド病院	荒川区南千住 8-4-4	03-5850-0303	月～金 9～12時、13～16時
あらかわ レディースクリニック	荒川区町屋 1-8-8	03-6807-8867	月・水～金 9～17時 火・土 9～12時30分
たんぽぽ助産院	荒川区荒川 1-31-8	090-2638-9406	月～金 10～16時 土日祝は要相談
You and me 助産院	《訪問型のみ実施》	080-1717-1631	月～金 9～17時
綾瀬産婦人科・綾瀬産 後ケア	葛飾区小菅 4-8-10	03-3838-6588	月～土 10～17時
永寿総合病院	台東区東上野 2-23-16	03-3833-8381	月～金 8時30分～17時 土 8時30分～13時
にしやま助産院	台東区北上野 2-22-7-202	080-2103-2555	月～土 8時30分～17時
加藤産婦人科医院	荒川区町屋 2-9-21	03-3895-3521	午前 9～12時、午後 15～18時 《休診日》水曜・土曜午後・日曜
Luana 助産院	《訪問型のみ実施》	050-6880-5289	月～日（不定休） 午前 10～20時
団子坂なのはな助産院 （町屋・西日暮里・ 東日暮里地域近郊で実施 【要相談】）	《訪問型のみ実施》	090-8963-7087	午前 9～13時 《休診日》土曜午後・日曜・祝日

- ※ ケア内容等の詳細は、実施施設へ直接お問い合わせください。
- ※ 施設によってはエステ等のオプションのサービスがあります。内容は施設へお問い合わせください。（オプションサービスは産後ケアには含まれません。利用される場合は、別途実費でお支払ください。）



産後ケアで体も心もリラックスしましょう

## あらかわきっずニュース

2か月に1度、「荒川区ホームページ」及び「あらかわすくすく子育てアプリ」で保育園・幼稚園・子育て交流サロン・ひろば館・ふれあい館などの在宅育児中の親子が楽しく利用できる行事や遊び場情報を公開しています。



◀荒川区ホームページ QR

あらかわきっずニュース 4・5月号

「あらかわきっずニュース」は電子版に変わります

【あらかわきっずニュース】は、次号の令和5年5月号から「荒川区ホームページ」及び「あらかわすくすく子育てアプリ」の電子版で配信いたします。電子版での発行は無料となります。

「あらかわすくすく子育てアプリ」では、あらかわきっずニュースの他に荒川区からのお知らせやイベント等の子育て情報を配信しております。ぜひご覧ください。

※無償でダウンロード可能ですが、行事やイベント参加は、掲載のある施設が異なりますので、イベントに参加の際は、必ず事前に各施設へお問い合わせください。

詳細ホームページ <https://www.arakawa-book.jp/>

（発行）→（発行時期）→（発行内容）→（発行先）

あらかわすくすく子育てアプリ

あらかわすくすく子育てアプリは、アプリをダウンロードしてインストールし、荒川区のホームページからログインしてご利用いただけます。

あらかわすくすく子育てアプリのダウンロードはこちら

母子モ

もくじ

子育て支援センター	2-3	4-5
子育て支援センター	6	6-7
子育て支援センター	7-8	8-9
子育て支援センター	10-12	10-12
子育て支援センター	13	13-14
子育て支援センター	14	14-15
子育て支援センター	16	16-17
子育て支援センター	18	18-19
子育て支援センター	20	20-21

## あらかわすくすく子育てアプリ



「あらかわすくすくアプリ」は、地域とつながる安心の子育てアプリです。これからの子育てをサポートする機能が盛り沢山です。

### 予防接種のスケジュール管理

複雑な予防接種のスケジュール管理が簡単にできます。

子どもの誕生日と予防接種歴を登録するだけで、次に接種できるワクチンと最適な接種期間を自動で算出し、予定日が近づくと事前にプッシュ通知でお知らせします。

### 子どもの成長記録

子どもの体重を自動でグラフ化する「身体発育曲線」や、初めての「寝返り」などを写真とコメント付きで残せる「できたよ記念日」など、日々成長する子どもの記録を残すことができます。また、健診も簡単に残せるので、気になったときにいつでもチェックできます。

### 荒川区の子育て情報

荒川区からのお知らせやイベント情報が、アプリに直接届きます。

また、荒川区内の医療機関や子育てに関わる施設等を地図やリスト表示で検索できます。



◀左のQRコードからアプリをダウンロードすることができます！  
ぜひご登録ください♪