

産後ケア - 宿泊型 -

育児に慣れていない初産等の方が、
家族などから育児や家事の支援を受けられない場合に、
渋谷区が契約する施設に宿泊して
母子のケアや授乳相談、育児相談が受けられます。

事前に利用登録申請が必要です

審査に時間がかかります。利用希望日の **14 日前**までに申請をしてください。
※申請から利用カードの発送までに 14 日ほどかかります。
※年末年始や大型連休期間中は、通常よりもお時間をいただく場合があります。
妊娠 28 週以降から登録申請することができます。

利用の流れ

1. 利用登録申請

渋谷区公式 LINE から
妊娠 28 週以降に
申請してください
窓口・郵送でも受け付けます

2. 利用登録決定

利用登録可否の審査を行います
決定後、利用承認通知書と
利用カードを送ります

3. 希望施設に予約

届いた書類に記載の
承認番号をもとに
直接予約をしてください
※詳細は 2 ページ以降参照

4. 利用

宿泊時に
必ず利用カードを
提示してください

利用日数 最大5日間

※利用日の前日午前 11 時までにキャンセル連絡をしなかった場合、1 日分利用したものとみなし、その後の利用はできません。

実施施設 2ページ以降に掲載しています

利用期間 原則産後5か月未満

※施設により利用可能な期間が異なります。ご確認ください。

利用期間表記の考え方は以下のとおりです。(1 か月を約 30 日と考えます。)

生後1か月未満=生後 30 日まで、生後2か月未満=生後 60 日まで、生後3か月未満=生後 90 日まで…



▲ LINE 申請



▲ 区ホームページ

利用料 利用時にお支払いください(お支払い方法は施設によって異なります)

	課税世帯	非課税世帯 ^{※1}
母子	個室: 1 日 3,500 円	個室: 1 日 1,000 円
	多床室 ^{※2} : 1 日 2,000 円	多床室 ^{※2} : 1 日 0 円
ふたご以上の 加算	1 人につき 1 日 2,000 円	1 人につき 1 日 1,000 円

利用例(個室)

1 泊 2 日	7,000 円
2 泊 3 日	10,500 円
ふたごの場合	
1 泊 2 日	11,000 円
2 泊 3 日	16,500 円

※1 生活保護受給世帯は全額免除されます。住民税非課税世帯で渋谷区に申告していない方が減額を希望される場合は、最新年度の住民税課税(非課税)証明書が世帯全員分必要となります。

※2 多床室は東京都立広尾病院でのみ利用できます。(令和 8 年 4 月 1 日時点)

<窓口・郵送での申請先>

〒150-0042 渋谷区宇田川町5番6号 渋谷区子育てネウボラ4階 渋谷区中央保健相談所母子保健係 TEL 03-3463-2409

01

日本赤十字社医療センター



渋谷区広尾 4-1-22

03-3400-1311 (代表)

<https://www.med.jrc.or.jp/>

主なケア内容

(ご利用期間: 生後 4 か月未満/生後約 120 日まで)

入所時に問診表をもとにカウンセリングを行い、入所中のケアプランやスケジュールをお母様とともに考えていきます。

・お母様が心身ともに回復できるように、ご希望の方はお子様をお預かりいたします。

お預かりしている間は、ミルクや搾乳の補充のお手伝いも可能です。

・助産師が授乳や育児練習、母乳の分泌促進について等の相談にのります。

・「退院後のサポート不足が心配」「パートナーと協力して育児練習をしたい」等のお悩みを解消し、ご自宅での育児をイメージできるよう支援します。また、パートナーの方の宿泊も可能です。



入院時の持ち物

母子健康手帳、診察カード(当センターで出産の方 母子とも)、きずなノート(当センターで出産の方)、パジャマ(レンタルあり)、ナプキン、日用品(化粧水、乳液など)、お子様用のオムツ、おしり拭き、体温計、着替え(生後1か月以上のお子様)、哺乳瓶(必要時)、搾乳機(必要時)、保湿剤、おもちゃ等で赤ちゃんに必要なもの、産後ケア利用カード(渋谷区発行)



お申込み

病院ホームページの専用フォームより申し込みください。

※利用希望日が1週間以内の場合は直接電話にて申し込みください。

お問い合わせ先:産科外来 電話番号:(代)03-3400-1311 (平日のみ 13:00~15:00)

02

JR 東京総合病院



渋谷区代々木 2-1-3

03-3320-2210 (代表)

https://www.jreast.co.jp/hospital/consultation/details/obstetrics_gynecology.html/

主なケア内容

(ご利用期間: 生後 4 か月未満/生後約 120 日まで)

当院の産後ケア入院は、お子さまの健やかな発育を助け、お母さまが自信持って育児ができるようにサポートいたします。

リラックスして過ごし、心身ともに回復するためのお手伝いをさせていただきます。

なお、一般病棟でのお預かりになるため、お預かりは日中のみとさせていただきます。

「産後ケア」を受けるのは、お母さまだけではなく、赤ちゃんにもメリットがありますので、是非利用してみてください。



入院時の持ち物

健康保険証(母と子)、乳児医療証、診察券(受診歴がある方)、母子健康手帳、印鑑、(母)踵のある靴、(子)おしりふき、ガーゼハンカチ、乳頭保護器(必要時)、産後ケア利用カード(渋谷区発行)

他に通常の入院生活に必要なものは、各自で準備をお願いします。

パジャマ・バスタオル・フェイスタオルは無料貸出があります。5kg 以上の赤ちゃんはお洋服をお持ちください。



お申込み

詳細はホームページをご覧ください。

メールで申し込み。※当院からの予約完了の返信をもって確定となります。

03

綾瀬産後ケア

葛飾区小菅4丁目8番10号

03-3838-6588


<https://ayase-sanfujinka.jp>


主なケア内容

(ご利用期間: 生後76日まで)

当施設は、綾瀬産婦人科の産後ケア専門施設です。

“ケア”と一言で言っても、お母さん・赤ちゃんもそれぞれですから、重視されるものも違います。

「自分に合った育児手技を知りたい」、「早く回復したい」、「パートナーと一緒に育児支援プログラムに参加したい」…。

スタッフは、助産師・看護師に加えて保育士もおり、発育遊びなども早期から取り組みます。

母体ケアと乳児ケア、そしてお一人おひとりのニーズに合ったサポートを提供します。

- 産婦人科が併設しているため、医師の診察も受けられます
- 専門施設ならではの育児グッズやベビーフォト撮影グッズを多数取り揃えております
- 全室個室で、ファミリータイプ有。別室でお子さまをお預かりいたします。お一人で、ゆっくりお休みください。
- 「アロマトリートメント」他や「曜日イベント」「パパの育児支援プログラム」クラスをご用意しております



入院時の持ち物

綾瀬産後ケアの公式HPでご確認いただけます。

おむつ・ベビークリーム等、一部用意があります。詳細はホームページをご覧ください。

産後ケア利用カード(渋谷区発行)



お申込み

綾瀬産後ケア公式HPにて、WEB予約を承ります。毎月26日より、翌月のご予約開始。

ご宿泊は、ご出産後にお電話でご予約承ります。デイケアは、WEB予約にて承ります。施設見学(無料)、Instagram・アメーバブログなどで情報を更新しています。お支払いには現金だけでなくクレジットカードもご利用いただけます。

04

東京都済生会中央病院

港区三田1丁目4番17号

03-3451-8211


<https://www.saichu.jp/department/obstetrics-and-gynecology/gynecology/obstetrics/>


主なケア内容

(ご利用期間: 生後4か月未満/生後120日まで)

当院の産後ケアは母体の体調回復を一番に考えており、しっかり養生していただき、生活のリズムをリセットしていただくことを目的に、シャワー・トイレ・洗面台を完備した個室で、助産師や看護師のサポートを受けながら、安心してゆっくり休養いただける環境をご用意しております。特別なサービスはございませんが、育児相談・授乳指導・沐浴指導等、必要に応じて対応させていただきます。

母児同室あるいは母児別室については、できる限りご希望に添って対応いたしますが、緊急時や夜間分娩時等、お子様の安全のため同室をお願いしたり、対応にお時間がかかる場合がございます。



入院時の持ち物

母子健康手帳、保険証、マスク、洗面用具、下着類、ストリング又は抱っこひも、母乳パッド・ナプキン(必要時)、スニーカー、ティッシュ、スタイ、おしりふき、ガーゼハンカチ、赤ちゃんの衣服(1か月健診が過ぎた方)、服用中のお薬、携帯電話の充電器、産後ケア利用カード(渋谷区発行)など

※お母様のパジャマとタオル、お子様のおむつはご用意しています。

※加湿器、電気ケトル等の電化製品は、感染対策と安全確保のためお持ち込みはお断りしております。

※詳細はホームページをご覧ください。また、ご不明点は下記メールアドレスでお問い合わせください。



お申込み

メールにてお申し込みください。【sangocare@saichu.jp】

件名に『渋谷区宿泊型産後ケア』、内容としてお名前、電話番号、お子様の生年月日、利用希望日(期間)を送信ください。

改めてご返信させていただきます。

各施設で見学会や説明会を行っています(施設により実費がかかる場合があります)。申込時期や予約方法等は施設によって異なりますので、お問い合わせください。

05

松が丘助産院

中野区松が丘 1 丁目 10 番 13 号

03-5343-6071

<https://matsugaoka-birth.com/>

主なケア内容

(ご利用期間: 生後 5 か月未満/生後 150 日まで)

利用中は母子の体調等にあわせ、下記のサービスをおこなっています。何でもご相談ください。

- ・母体ケア(母体の健康状態等のチェック、ケア)
- ・乳児ケア(乳児の健康状態、体重、栄養等チェック、ケア)
- ・育児相談・授乳相談・沐浴指導 など気になること何でもご相談ください

24 時間体制で助産師が常駐しています。

お野菜中心の「松が丘ごはん」をお召し上がりください。おやつもつきます。

ご希望の方は、併設の松が丘接骨院、松が丘アロマルームにて施術を受けることができます。(費用別途)



入院時の持ち物

※持ち物には可能な限り記名をお願いいたします

健康保険証(母と子)、母子健康手帳、寝巻き、乳帯または授乳用ブラジャー、下着、靴下・レグウォーマー、バスタオル・フェイスタオル、洗面用品、お風呂セット、化粧品類、生理用品、ティッシュペーパー、ガーゼハンカチ、ミルク、オムツ、おしり拭き、退院時のベビー服(5kg 以上のお子さんは、入院中のベビー服もご用意ください。)、産後ケア利用カード(渋谷区発行)



お申込み

ホームページの web 予約ページ <https://class-schedule.matsugaoka-sango.com/>よりネット予約(産後に随時予約できます)

お電話予約(電話対応 9:30-16:00)

妊娠中に産後ケア説明会(ZOOM 開催)参加の方は、優先予約できます。当院ホームページより説明会をお申込みください。

06

スワンレディースクリニック

北区王子 4 丁目 27 番 7 号

03-5944-6028

<https://www.swan-lc.com/>

主なケア内容

(ご利用期間: 生後 3 か月未満/生後 90 日まで)

赤ちゃんを預けてゆっくりと休養

お食事の提供(専属シェフによる産後の体に優しい素材を使った美味しい食事)

乳房管理・ケア

授乳方法や沐浴指導

赤ちゃんの成長発達に関する育児相談

離乳食の進め方の相談

エクササイズによる心と体のリフレッシュ



入院時の持ち物

マイナンバーカード(母と子)、子ども医療証、母子健康手帳、産後ケア利用カード(渋谷区発行)

(他院分娩の方は産後ケアセット¥1,500/日(必須)を購入していただきます。産後ケアセットの内容は HP に記載しています。

その他は予約時にお電話にてご説明いたします。)



お申込み

電話にてお申し込みください。

火曜日と木曜日の 13:00~15:00、金曜日の 8:30~9:30

**主なケア内容**

(ご利用期間:産後入院退院後5日間まで、当面の間当院でお産をされた方のみ)

当院で分娩入院期間を終えた後、希望者に対して引き続き育児サポートを提供します。入院中から継続してケアを受けることでサポート体制を整え、育児の不安や心配を解消し、産後の身体を休め回復に努めるためのお手伝いを致します。

【具体的なケア内容】お母さんの健康状態のチェック、赤ちゃんの健康状態・体重のチェック、乳房ケア・授乳指導、赤ちゃんの沐浴指導・育児支援、お母さんの休息時間の確保、メンタルヘルスケア

**入院時の持ち物**

分娩入院時の持ち物と延泊用のお母さんのお着替え、下着、ナプキン、母乳パッド、赤ちゃんの紙オムツ(目安:10枚/日×利用日数)、お尻ふき、授乳用のガーゼ、産後ケア利用カード(渋谷区発行)をお持ちください。※お母さんはレンタルパジャマもご利用いただけます。

入院中の赤ちゃんのお着替えをご用意してください。目安としては肌着+長袖(2-3枚/日)と考え利用日数分と退院時の衣類もお持ちください。※赤ちゃん用のレンタルのお着替えはありません。

沐浴を希望される方は、バスタオル 2-3枚、沐浴布 2-3枚、ガーゼハンカチ 2-3枚、ベビーソープをご持参ください。

赤ちゃんのミルクは当院で調乳したものがありません。個人対応のミルクの方は引き続きご持参いただいたものを使用します。

**お申込み**

ご希望がある方は、妊娠 36 週の外来受診時、助産師による後期指導の際にお伝えください。

産後に希望される場合は直接担当助産師にご相談ください。

各施設で見学会や説明会を行っています(施設により実費がかかる場合があります)。申込時期や予約方法等は施設によって異なりますので、お問い合わせください。