

# 産後ケア（ショートステイ）をご利用される方へ

## 対象者

練馬区の方⇒お子様が生後 60 日未満までの利用

杉並区・豊島区・西東京市・和光市の方⇒分娩先の病院を退院後、ご自宅に戻らず、すぐにご利用できる方  
(お母様が分娩先を退院後、お子様のみご入院中の方は、お子様の退院に合わせてのご利用は可能です。)

## 利用時の注意点 ※お申し込み前と入所前に必ずお読みください。

- お子様のご兄弟などご家族一緒の利用はできません。
- 利用日が決定したら、入所希望の 3 日前までに予約をお願いいたします。
  - ・申込み受付後、翌日までにメールにて利用可能かご連絡いたします。
  - ・予約状況等により産後ケアをお受けできない場合がありますので、お早めにお申し込みください。
  - ・利用者増加のため大部屋(4人部屋)でのご利用が可能な方のみ受け入れております。部屋やベッドの指定はできません。
- 当院の診察券がない方は、当院のカルテ(患者 ID)を作成します。
- 医療介入は行っていません。基礎疾患や産後に医療的な管理が必要な場合は、自己管理ができる方のみ入所可能となります。(緊急で受診が必要な場合、母子ともに予約外受診が可能です。初診の際は選定療養費がかかります。)
- 院内は病室内を含め動画撮影・録音はお断りいたします。
- いかなる理由でも入所中の外出はできません。



## 感染対策について(状況により内容変更することがありますので、ご了承ください)

- 入所前 3 日間は母子ともに検温をしていただきます。母子ともに毎日の体温を検温表に記入しご持参ください。検温表はホームページから印刷、またはご自身で用紙をご用意いただくか、メモに書いてご持参ください。
- 入所時に母児いずれか体調不良と判断される場合、入所できないことがあります。

入所 1 週間前を過ぎて母または児、同居家族に感染を疑う体調不良があった際は、入所できないこともあります。必ず事前に連絡し、入所可能かをお問い合わせください。
- 院内ではマスクの着用をお願いいたします。面会者もマスク着用をお願いします。
- 売店やカフェ、自動販売機のご利用は平日 7:30~9:00 (土日祝 8:00~)、14:00~17:00 となっています。
- 面会は毎日 14:00~16:30 の間で 1 日 1 回のみ、最長 30 分まで。面会は中学生以上の家族のみ 3 人まで。面会者皆様そろってお越しください。後からの合流は出来ません。また、体調不良の方は面会をご遠慮ください。また、面会中の飲食はご遠慮ください。感染性疾患の流行など状況により随時変更になる可能性があります。(面会時間以外での荷物の受け渡しはスタッフが代行、来院された方と直接会うことはできません。)

## 利用までの流れ

### ① 利用者番号取得について(妊娠中から出産前まで)

- ・お住まいの区の保健所にて産後ケア事業の申し込みをし、利用者番号を取得してください。
- ・手続きは各区により異なりますので、区の案内をご確認ください。
- ・施設見学や個別のオリエンテーションはしておりません。こちらの掲載内容と産後ケア Q&A を確認してください。記載内容でご不明な点はメールでお問い合わせください。

### ② 利用申し込みについて(出産後から入所 3 日前まで)

- ・出産後、利用日が確定しましたら右記の QR コードから本予約を行ってください。
- ・本予約受付後、翌日までにメールにて利用可能かご連絡致します。  
(こちらのメールアドレスよりご連絡いたします ☒ hikari.sangokea@jadecom.jp)
- ・入所 3 日前より『検温表』を印刷し検温をお願いいたします。(メモでの持参でも可能)
- ・体調不良等でキャンセルされる場合は**入所日前日の 10 時まで**に電話またはメールでご連絡ください。  
(前日 10 時以降のキャンセルはキャンセル料が発生致します。)
- ・当院分娩で退院後すぐご利用予定の方は QR コード申込せず、外来または病棟スタッフにお伝えください。

ショートステイ利用申込



## 入所時の持ち物

- 下着（授乳ブラやショーツ）  洗顔用品  ベビー用ガーゼハンカチ  必要時保湿ケア物品（母児とも）
- ベビー服・肌着（新生児サイズのみ入所中ご用意しています。）
- おむつ（新生児サイズのみ入所中ご用意しています。Sサイズからはご持参ください。）
- 母子手帳  常用されている薬  コップ（飲み物・歯磨き用）  必要時保護器や搾乳機
- 検温表（入所前3日間、メモ書き可）  利用者情報用紙（事前に記入を希望の方は当院 HP より印刷し持参）
- 利用者番号と残日数のわかるもの  利用者カード（該当区の方のみ）  当院の診察券（お持ちの方のみ）

## 病院で準備しているもの

- 紙おむつ（新生児サイズのみ 36 枚入 1 袋）  おしりふき（80 枚入 1 袋）  ベビー服（新生児サイズのみ）
- 授乳クッション  哺乳瓶  粉ミルク  円座（必要時）  母のパジャマ  タオル類  箱ティッシュ
- アメニティ物品（歯ブラシ・歯磨き粉・シャンプー・リンス・ボディソープ・スリッパ）  ドライヤー
- 搾乳機（必要時）



## 入所後の流れ

### ① ご利用初日の手続き

- ご利用初日 10-14 時の間に 1 階入退院フロントに来ていただき入所の手続きをいたします。  
土曜午後と日曜日は救急外来受付にお声がけをし、その後に 4 西病棟のインターホンを押してください。
- 病棟で利用者番号と利用残日数を確認させていただきます。『検温表（メモ可）』『利用者カード（該当区の方）』『利用者情報用紙（入所後スタッフから用紙をもらい記入もできます）』をスタッフへご提出ください。

### ② ご利用中の生活について

- 産後ケアのため医療介入は行っていません。診察が必要な場合は、予約外での外来受診対応となります。
- 基本的に母児同室でお過ごしいただきます。授乳室があります。授乳は赤ちゃんとのペースで行ってください。赤ちゃんのお預かりについては授乳等の具合を相談の上、調整いたします。
- 窒息や転落防止のため、入所中は添い寝や添い乳はお控えください。
- ミルク缶は入所時に 1 缶お渡しし、ご自身で調乳していただきます。不足時は追加致します。
- おしりふきと新生児サイズおむつは入所時に 1 ずつ袋お渡しします。不足時は追加で料金が発生します。
- 新生児サイズ以外のおむつとベビー服につきましてはご持参ください。
- 赤ちゃんの沐浴は日中実施し、夕方や夜間は実施していません。希望時は入所翌日より沐浴指導が受けられます。
- 病棟内にコインランドリーがあります。（洗剤自動投入、乾燥付き、1 回 500 円）
- 退所日は 15 時まで滞在できます。退所日前日までに退所時間を確認させていただきます。
- 退所日が土曜午後～日・祝日になる場合は原則、事前会計となります。
- ホームページとインスタグラムで産後ケア Q&A を掲載しています。
- 乳房マッサージで母乳外来（月・木、祝日除く）希望の方は、産後ケア利用中は一律 4000 円/回で利用できます。（完全予約制、練馬区子育て応援券 1 枚利用可能）

### ※キャンセルポリシー※必ずご確認ください※

- いかなる事情でも **入所前日 10 時**以降のキャンセルは産後ケア 1 日分利用とみなしキャンセル料が発生致します。利用中の退所日変更も前日 10 時以降の申し出は同様に産後ケア 1 日分利用とみなしキャンセル料が発生致します。キャンセルはお電話またはメールにてご連絡ください。キャンセル料は居住の区市町村により変わりますので、区または病院にお問い合わせください。

記載内容等でご不明な点がございましたら、下記メールにてお問い合わせください。3 日以内にご返信いたします。

[hikari.sangokea@jadecom.jp](mailto:hikari.sangokea@jadecom.jp)

お急ぎの場合はお電話でお問い合わせください。（代）03-3979-3611（月～土 14:00～17:00 産婦人科病棟まで）

練馬光が丘病院 産婦人科(4 階西病棟) 2026 年 4 月 1 日改定