

ごあいさつ

ぱお助産院は、平成30年5月にオープンしました。

練馬区産後ケア事業（母子ショートステイ・母子デイケア・産後ケア訪問）をご利用いただける助産院です。

助産院滞在中は、助産師のケアとサポートを24時間提供し、産後の身体の回復 & 育児のスタートを応援します。

助産院名の「ぱお→包」には、助産師の温かいケアでお母さんと赤ちゃん、ご家族を包み込むような支援をしたい…という思いが込められています。地域の子育て支援のお役に立てるよう、努力していきます。どうぞ、よろしくお願いいたします。

院長 佐々木美幸



■キャンセルの場合■

利用開始日 前日AM10:00 までにご連絡下さい。

それ以降のキャンセルについては、利用料金が発生します。

アクセス



〒179-0084 東京都練馬区氷川台4-51-5
メトロ有楽町線・副都心線 1番出口 徒歩1分

お問い合わせ先

電話・FAX 03-6914-9938

メール pao-88540@crest.ocn.ne.jp

H P <http://pao-jo.com>

外来開設時間：【月・水～金曜日】9時～16時

【土曜日】9時～13時

【休診日】土曜午後／火曜／日曜祝日

ケア中などで、電話に出られない場合もあります。留守番電話にメッセージを残していただければ、折り返し、ご連絡いたします。

ショートステイ対応期間中は、外来休診日も9時～17時は電話対応しています。

2023.4月発行②

2023.4月 発行②

練馬区産後ケア事業 利用のご案内





練馬区産後ケア事業（3種類）

希望される方は、事前に申し込みが必要です
担当の保健相談所までお問い合わせください

母子ショートステイ

- お母さんへの助産師ケア（乳房ケア・授乳相談）
育児相談
- 赤ちゃんの健康チェックと沐浴（沐浴は1か月位まで）
- 身体にやさしい食事、洗濯サービス

■利用できる方・日数：産後4か月未満・7日間まで
（分割利用可能）

■利用方法：

- ・出産後、入院希望日**3日前まで**にご連絡ください
- ・利用者が重なった場合、数日お待ちいただく場合があります
- ・感染対策のため事前見学は中止し、電話でのオリエンテーションを行っています

■入院時間： 12:00（昼食から）

出産施設退院後、そのまま入院できます
到着時間が遅れる場合、事前にご連絡ください

■退院時間： 昼食後13:00ごろに退院

■料金のお支払い：入院初日に利用日数分を
お支払い下さい



入院室 A



入院室 B



デイケア室 C

■持ち物

- ママ用：母子健康手帳 健康保険証
利用者カード マスク(日数分)
スリッパ パジャマ 下着類・靴下
ナプキン バスタオル フェイスタオル
洗面道具（歯ブラシ・スキンケア用品）
羽織るもの（寒い時期）
- ★ 助産院にあるもの：ヘアードライヤー
シャンプー・リンス・ボディソープ・お茶(温)
- ★ 洗濯サービス 有：助産院入院中の衣類



- 赤ちゃん用：おくるみ（バスタオル可）1枚
（必要な方）⇒ 臍消毒用品 ベビーローション
- ★ 助産院にあるもの：ミルク・哺乳びん
紙おむつ（新生児・S・Mサイズ）・おしり拭き
衣類（新生児用のみ）

■助産院での過ごし方

決まっているスケジュール：
朝食7時 昼食12時 夕食18時（各部屋提供）
シャワー・入浴 17時～20時
沐浴 午前中（月齢により夕方沐浴 or 内風呂対応）

産後ケア訪問

1回 90分程度

- お母さんへの助産師ケア（乳房ケア・授乳相談）
育児相談
- 赤ちゃんの健康チェックと沐浴・沐浴指導
（沐浴は1か月位まで）

■利用できる方・回数：産後1年未満・6回まで

■利用方法：出産後に、利用希望日をご連絡ください

母子デイケア（個別型）

- お母さんへの助産師ケア（乳房ケア・授乳相談）
育児相談
 - 赤ちゃんの健康チェックと沐浴（沐浴は1か月位まで）
- 利用できる方・日数：産後4か月未満・12日まで
- 利用方法：

- ・出産後、利用希望日**3日前まで**にご連絡ください
- ・利用者が重なった場合、希望日にご利用できない場合があります

■利用時間：10:00 ～ 15:00（昼食付）

- 持ち物：母子健康手帳 利用者カード マスク
くつろげる部屋着
乳房ケア用フェイスタオル2枚
赤ちゃんの着替え（1～2組）
おむつ・おしり拭き ガーゼハンカチ
沐浴希望時 ベビーローション
- ★ミルク・哺乳びんは助産院で用意してあります

母子デイケア（グループ交流型）

■クラス参加・参加者交流（昼食有）ができるデイケアを
開催予定。産後1年未満、3組まで

【新型コロナウイルス感染状況により、事業開始時期を
判断します。HPでお知らせします】

感染対策のため、施設見学・面会は中止しています。再開時HPでお知らせします

