



産後ケア なでしこハウス

心も身体も健やかに
笑顔で育児を楽しみましょう！

お産後の体が、妊娠前の体に戻るには、2か月程度かかると言われています。お産後は、お母様の体の回復と赤ちゃんのお世話に専念するためにも、ゆったりと過ごすことのできる環境が必要になります。しかし、実際は、ぐっすり眠れない、落ち着いて食事が摂れない、ゆっくりシャワーにも入れない上に、家事の負担が…これでは疲労は蓄積されるばかりです。

人は、もともと孤独な環境で子育てをするようにはできていません。遠い昔から、家族や周囲の人の協力を得ながら、みんなで子育てをしてきました。今の日本では、核家族化や高齢出産が増え、孤独な環境で不安・ストレスを抱えながら、育児をしている方がたくさんいます。育児のスタートラインに立った、お母様お父様、肩の力を抜いて、笑顔で赤ちゃんに向き合えるようにしましょう。頑張り過ぎは禁物です。お休みすることも大切です。

「なでしこハウス」では、少し休みたい、助産師のアドバイスを受けながら育児を楽しみたい、もっと母乳を頑張りたいなど、皆様のご希望に合わせたケアを提供させていただきます。なでしこハウスで、赤ちゃんゆっくり過ごせるよう私たちがお手伝いします。

妊娠中から、産後のサポート不足に悩んでいる方も気軽に電話でご相談ください。



当院では、産後8週までのお母様と赤ちゃんの心身の回復を目的としたショートステイを始めました。助産師が24時間体制で、お母様と赤ちゃんをサポートさせていただきます。

対象者：産後8週以内のお母様とその赤ちゃん

ご利用料金

● 1日あたり15,000円（税別）

3泊4日基本セット

15000円×4日=60000円+税

1日延長ごとに15000円追加になります。

*平成28年12月まで。平成29年1月より
料金改定予定

● お部屋：シャワー付き個室



社会福祉法人 恩賜財団 済生会

千葉県済生会習志野病院

〒275-8580

千葉県習志野市泉町1-1-1

電話番号 047-473-1281（代表）

お持ちいただくもの

母子手帳、保険証、診察券（お持ちの方）、印鑑、
お母さんの着替え、タオル類、ナプキン・母乳パットな
どの衛生用品、現在服用中の薬（利用中不足にならない分）、
帰宅時の赤ちゃんの衣類、ガーゼのハンカチ、
おしりふき



病院で用意しているもの

赤ちゃん衣類・寝具、紙おむつ、ミルク、哺乳瓶、
お母さんのアメニティー（歯ブラシ・歯磨き粉
コップ・シャンプー・リンス・ボディソープ
ボディウオッシュタオル・
スリッパ・ティッシュ）



ご利用プラン（例）

- 基本料金内のプランです。日程、内容はご相談に応じます。不安や疑問に思っていることなど、お気軽にご相談ください。

利用初日	2日目	3日目	4日目
問診	授乳支援	授乳支援	授乳支援
授乳支援	乳房ケア	乳房ケア	乳房ケア
育児相談	沐浴支援	育児相談	育児相談
乳房ケア			

- アロマ足浴・・・1回1000円（税別）
- 骨盤ケア・・・2000円/20分（税別）

その他

●食事

産後の回復のために、バランスの良い食事をとることはとても大切になります。ご利用中は当院栄養士と助産師により考案したメニューを提供いたします。

●母児同室

ご自宅での育児に近い環境を整えるため、母児同室にて過ごしていただきますが、お母さんが体を休めたい時は赤ちゃんをお預かりすることもできます。ご家族の宿泊はできません。また、感染対策上、12歳以下のお子様のご面会はラウンジを利用させていただきますので、ご了承ください。

お申込み方法

●受付時間：平日の9:00~17:00の間

お電話にてお申込みください。代表につながりますので、「産後ケアの予約」とお伝えください。三階西病棟で対応いたします。

●ご利用の2日前までにお申し込みください。満室の場合はお待ちいただくこともございます。

●キャンセルとなった場合もお電話をお願いします。

●その他ご不明な点などございましたら、ご連絡お待ちしております。

☎047-473-1281（代）



交通案内

電車でご来院の方のアクセス

京成大久保駅下車 徒歩15分
改札を出て、右に向かい、大久保商店街を北に向かってください。3つ目の信号機が日本大学生産工学部の正門です。道路を渡り、左に向かうと日本大学の隣に東邦大学があります。当病院はその東邦大学の隣です。

バスでご来院の方のアクセス

JR津田沼駅北口より京成バスにお乗りください
バス乗り場は、4番乗り場です。（二宮神社行き、三山車庫行き、三山車庫経由八千代台駅行き）「済生会習志野病院」で下車。バス停は病院の正面玄関前です。所要時間はおおよそ10分程度です。

