

八千代医療センター

産後ケアセンター ぽかぽかペンギん

産後のからだところを休め、
赤ちゃんとの生活に慣れるための
宿泊型サポートです。



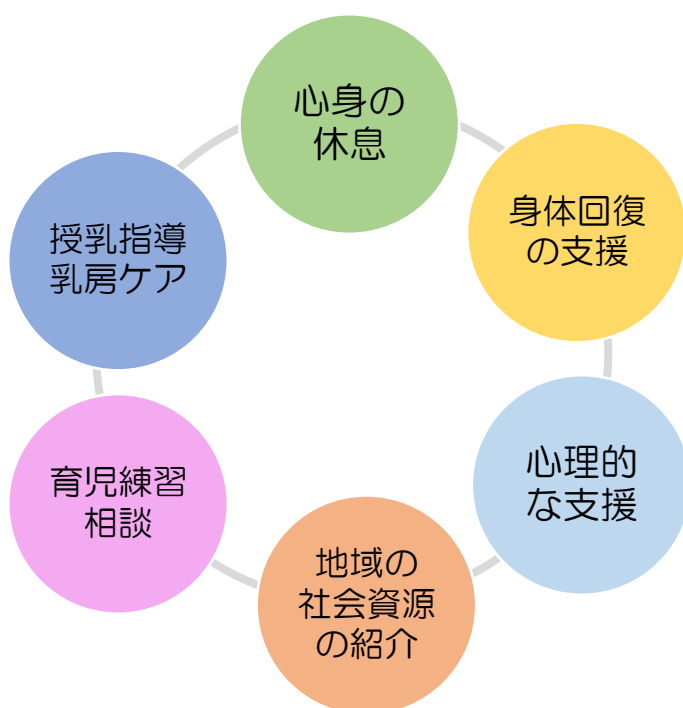
ぽかぽかペンギんに込めた私たちの想いは…

ペンギンは家族愛の強い動物と言われています。

家族愛を育みながら、ぽかぽか陽だまりの中でリラックスした気持ちで
暖かく過ごしてもらえる場所を提供していきたいという想いで立ち上
げました。

産後のお母さんと赤ちゃんが安心して過ごせるよう心と身体のサポートを
します。退院後すぐに家に帰るのは自信がない方、産後のサポートに不安が
ある方、少し休息をとりたい方、母乳育児を確立させたい方、なんとなく不
安ですこしアドバイスがほしい方など、是非お気軽にご活用ください。

産後ケア事業の目的



受けられるケア



助産師がおひとりおひとりのご要望を伺い、その方に合わせた支援をします。

赤ちゃんを預けてゆっくり休息

赤ちゃんを預かって欲しい時は遠慮なくお伝えください。
新生児室でお預かりします。

母乳栄養相談、授乳相談、調乳指導

母乳が足りているか、ちゃんと飲めているかなど授乳のお悩み解決
に向けて一緒に考えていきます。
乳房のケア、乳房マッサージ。栄養相談

育児相談・支援

育児の不安や心配事など何でもご相談ください。

沐浴指導

ご希望の方は、助産師と一緒に沐浴練習ができます。
家族の方の練習もできます。退所日はスタッフが沐浴をします。

産後のメンタルヘルス

少しでもお気持ちが楽になるようにサポートします。

地域の社会資源の紹介

地域の中で育児をしていくために、地域での育児サポートについて紹介をします。



【ご利用案内】

対象となる方

生後2ヶ月までのお母さまと赤ちゃん。

(医療処置や療養が必要な場合はご利用できません。)

八千代市助成金制度利用施設、習志野市助成金制度利用施設となっています。

利用日数

1泊2日～最大6泊7日まで

●チェックイン 13:00～14:00

●チェックアウト 10:00

当日は入院棟受付にお越しください。

チェックインは必ず時間内にお越しください。



以下のチェックリストで体調確認を行います。

●状況により利用できない場合もあります。

【お子さま】(自宅から入所される方は、入所前に医師の健康確認があります)

発熱 咳 鼻水 発疹 大量の嘔吐 機嫌が悪い

なんとなくいつもと違う

【お母さま】

発熱 倦怠感 悪寒 下痢 発疹

咳・痰が普段よりひどい 嘔気・嘔吐

同居家族の方が感染症に罹患している。(新型コロナウイルス、インフルエンザ、麻疹、風疹、水痘、おたふくかぜ、感染性胃腸炎など)

同居家族の方に風邪症状がある。

お食事

バランスのよい、産後に必要な栄養量の食事をご用意いたします。

(入所日は夕食からご用意します。)

朝食 8:00 昼食 12:00 おやつ 15:00 夕食 18:00

●食物アレルギー、宗教による食物制限のみ対応いたします。予約時にお伝えください。



料金

各自治体の助成金制度をご確認ください。

乳房マッサージ代：3,000円/1回

お部屋

個室を準備しています。

トイレ、洗面台・冷蔵庫・テレビ・Wi-Fi が設置してあります。

シャワー室は共同です。



当施設で準備しているもの

【お子様】

産着、ミルク、タオル、哺乳瓶、搾乳器の消毒用品

【お母さま】

円座、授乳クッション、ウォーターサーバー、

コインランドリー(洗濯機 200 円/1 回、乾燥機 100 円/30 分)



持ち物

- | | | | |
|--|--------------------------------|--|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 自治体の必要書類 | <input type="checkbox"/> 母子手帳 | <input type="checkbox"/> 保険証 (お母さまと赤ちゃん両方) | |
| <input type="checkbox"/> 筆記用具 | <input type="checkbox"/> 常用薬 | <input type="checkbox"/> 妊婦健診での感染症検査結果 | |
| <input type="checkbox"/> 下着 | <input type="checkbox"/> 部屋着 | <input type="checkbox"/> 履物 | <input type="checkbox"/> 洗濯用洗剤(必要な方) |
| <input type="checkbox"/> 洗面用具 | <input type="checkbox"/> マスク | <input type="checkbox"/> ドライヤー | <input type="checkbox"/> 歯ブラシ |
| <input type="checkbox"/> タオル類 | <input type="checkbox"/> ナプキン | <input type="checkbox"/> おしりふき | <input type="checkbox"/> お子さまの保湿剤 |
| <input type="checkbox"/> オムツ(お子様にあうサイズのオムツをご持参ください。) | | | |
| <input type="checkbox"/> 爪切り | <input type="checkbox"/> 母乳パッド | <input type="checkbox"/> 沐浴用ソープ | <input type="checkbox"/> 搾乳用品(必要な方) |

レンタルできるもの

寝巻、バスタオル、フェイスタオル、日用品(歯ブラシセット、リンスインシャンプー、ボディソープ、ティッシュ、コップ、マウスウォッシュ) 全部セットで 530 円/日
室内履き 660 円/回

院内ローソンで購入できるもの

ナプキン、おしりふき、母乳パッド、室内履き
ピュアレーン(乳頭保湿剤)、セキューラ ML(保湿剤)

面会

- 13:00~20:00

15歳以下の方は面会できません。

予約

- 平日 14:00~16:00 に 047-450-6000 にご連絡ください。

満室の場合など、ご利用できない場合もありますことをご了承下さい。



予約変更・キャンセルポリシー

予約変更・キャンセルは利用日の前日AM10:00までにお電話でご連絡ください。
ご連絡が前日AM10:00を過ぎた場合は、いかなる理由でもキャンセル料 10,000 円が発生します。ご注意ください。

滞在中に退所日を早めたい場合は、退所日前日のPM3:00までに担当助産師にお申し出ください。期日を過ぎた場合は、キャンセル料 10,000 円が発生いたします。

- 産後ケア入所中の医師による診察はありません。
- 身体の不調により受診が必要な場合は利用中止となります。

ご利用にあたってのご質問、お問い合わせは
母体胎児科助産師まで

予約受付：平日 14:00～16:00

キャンセル受付：8:00～21:00

047-450-6000

Welcome To Poka Poka penguin

