

練馬区産後ケア事業のご案内

(母子ショートステイ・母子デイケア・産後ケア訪問)



お母さんと赤ちゃんが、助産師のいる施設での母子ショートステイ（宿泊）や母子デイケア（日帰り）、産後ケア訪問（助産師による家庭訪問）により、育児相談や授乳相談などを受けることができる事業です。

●産後ケア事業を利用できる方

下記すべてに当てはまる方

- ・区から利用者カードを交付された方または電子クーポンの登録をされた方
- ・練馬区民の方で、出産後 1 年未満の母子（ショートステイは概ね 4 か月まで）
- ・母子ともに医療的な処置が必要のない方
 - ★早産等により修正月齢での対応をご希望される場合は、個別に健康推進課母子保健係にお問合せください。
 - ★必要に応じて、保健相談所の保健師と産後ケア施設で連携を取りながらサポートします。
 - ★妊娠・出産・子育てに関するご相談をうかがう中で、ご利用をお勧めする場合があります。ご心配なことやお困りのことなどがございましたらお気軽に担当の保健相談所にご相談ください。

●ケアの内容

サービスの種類と月齢によりケア内容が異なります。

- ① お母さんへの助産師ケア（乳房ケア・授乳相談）、育児相談
- ② 赤ちゃんの健康チェックと沐浴、沐浴の練習
- ③ お母さんへの食事の提供（産後ケア訪問では食事の提供はありません。）

●利用日数

	利用日数・回数	利用者負担額※ 4	食事※ 5
母子ショートステイ※ 1 (宿泊のご利用)	7日まで	1泊2日 7,000円 その後1日ごと 3,500円	あり
母子デイケア※ 2.3 (日帰りのご利用)	12日まで (多胎児世帯は18日)	1日 1,500円	あり
産後ケア訪問	6回まで (多胎児世帯は10回) (1回90分程度)	1回 500円	なし

※ 1 ショートステイは概ね 4 か月までの利用となります。

※ 2 対象月齢は各事業者により異なります。詳細は各事業者にお問い合わせください。

※ 3 デイケアの利用時間については、各施設へお問い合わせください。

※ 4 住民税非課税世帯、生活保護世帯は無償となります。(妊娠 30 週以降に区ホームページから電子申請が必要です。)

※ 5 食事をとらなかった場合も利用者負担額は変わりません。食事の持ち込みは原則禁止です。

●利用までの流れ

1 妊婦面談を受け電子クーポンの利用者登録を行う

<妊娠中の方>

練馬区で妊婦面談を受けてください。妊婦面談の詳細は区ホームページの「妊娠届（母子健康手帳の交付）」または「練馬区に転入された妊婦さんへ」をご確認ください。

令和 8 年 4 月 1 日以降に妊婦面談を受けた方は面談時に電子クーポン登録方法等をご案内します。登録後、電子クーポンを付与します。（登録には、練馬区公式 LINE の友達追加が必須です）

※令和 8 年 3 月 31 日以前に妊婦面談を受けた方は、紙の利用者カードをお渡ししています。利用者カードを交付された方は、電子クーポンに変更することはできません。

<出産後に転入してきた方>

スマートフォン等から電子申請ができます。（利用日の 14 日前まで）

転入等により妊婦面談を受けていない方で、産後ケアをすぐに利用したい場合は、電子申請後に健康推進課母子保健係にお問合わせください。

住民税非課税世帯・生活保護世帯の方は利用者負担金が無償となります。妊娠 30 週以降に区ホームページから電子申請をしてください。

2 事前に施設のオリエンテーションが必要な場合があります。希望する施設にご確認ください

利用を希望する施設に連絡し、オリエンテーションを受け利用の準備をする。

見学をご希望の場合は施設にご相談ください。

産前に利用予約をすることはできません。ご出産後、必ず施設に予約が必要です。

※予約方法は施設ごとに異なりますので、ご注意ください。

なお、予約方法や施設の利用に関することは、直接施設にご相談ください。

3 出産後、利用日を決める（利用予約）

利用を希望する施設へ連絡し、利用者番号を伝えて、利用日を決めてください。

事前のオリエンテーションを受けてない場合は、施設の利用についてオリエンテーションを受けてください。

※キャンセルについては、【利用予約のキャンセルについて】をご確認ください。

4 利用日当日

電子クーポンの場合は、施設で二次元コードを読み込み、施設に電子クーポンを提示し、利用手続きを行ってください。

利用者カードの場合は、施設に利用者カードを提示し、利用者カードに利用日の記入をしてもらいます。

施設に利用者負担額をお支払いください。

その他の必要な持ち物などは、施設見学や予約の際に施設から案内された物をご用意ください。

※利用当日に利用者カードを忘れた場合、または、書類が届く前に産後ケアを利用した場合は、必ずご自身で利用日の記入をお願いします。

5 施設利用終了後

産後ケアの利用が終了したら、アンケートに回答をお願いします。

アンケートは、電子クーポンの利用申請後に表示される URL、または妊婦面談時にお渡しする「練馬区産後ケア事業利用者登録のご案内」の裏面の二次元コードから回答できます。利用者カード裏の二次元コードを読み取り、スマートフォン利用者カードの場合は、裏面の二次元コードから回答できます。

複数の事業所を利用した場合は、事業所ごとに回答をお願いします。

●ご利用にあたっての注意事項

□ご利用できない場合について

- ・希望者多数の場合、ご希望に添えない場合があります。
- ・急性感染症(麻しん、風しん、インフルエンザなど)に罹患している時は利用できません。
- ・ご利用時点の健康状態やその他の事由により、施設の側で受け入れできない場合がございます。
- ・ショートステイとデイケアは、お母さんと赤ちゃんと一緒にご利用ください。
また、原則上のお子さんと一緒にご利用いただくことはできません。

□利用回数について

電子クーポン、または利用者カードをご活用いただき、回数管理をお願いします。

利用回数の上限を超えて利用した場合は、区の助成金額も含めて全額自己負担となります。

□利用予約後のキャンセルについて

利用予定日の前日午前 10 時まで、施設へ直接ご連絡ください。(前日が休みの場合は前々日まで)
前日午前 10 時以降のご連絡や、ご連絡がなかった場合は、1 回利用したものとみなして利用者負担額をお支払いいただきます。

※電子クーポンの場合は、利用予定回数の減算処理を行います。

※利用者カードの場合は、ご自身で利用者カードの利用予定だったサービス欄にキャンセル日のご記入をお願いします。

ご自身で利用者カードの利用予定だったサービス欄にキャンセル日のご記入をお願いします。

□利用者負担額について

利用者負担額の詳細は、前ページの「利用日数」をご確認ください。

住民税非課税世帯・生活保護世帯扱いで利用される場合、毎年 7 月に該当年度の住民税の課税状況等を確認します。なお、以下に該当される場合は母子保健係にお問い合わせください。

- ① 住民税非課税世帯・生活保護世帯から住民税課税世帯となった場合。
- ② 住民税課税世帯から住民税非課税世帯・生活保護世帯となった場合。

□転出後の利用について

練馬区を転出後に練馬区産後ケア事業をご利用いただいた場合は、区の助成金額も含めて全額自己負担となります。

□災害時等の対応

災害等発生時は事業を中止する場合があります。

ご利用予定の事業所と連絡をとり利用の可否についてご相談ください。

□利用当日に施設に電子クーポンまたは利用者カードを持参できなかった場合について

【電子クーポンの場合】

利用した事業者から報告を受け、後日区の方で利用回数の減算処理を行います。減算処理の内容は、利用履歴閲覧から確認できます。産後ケアの利用日ではなく、練馬区が減算処理を行った日で表示されます。利用者へは、減算処理の際に、LINE のメッセージでどの利用日の減算処理分をお知らせします。

【利用者カードの場合】

- (1) 利用当日、事業所に母子健康手帳 P16「産後ケアの記録」に利用記録を書いてもらう。
- (2) 帰宅後、利用者カードにご自身で (1) の記録を記入する。利用者カードを紛失し再交付を受けた方は、(1) の記録を含め全ての産後ケア利用回数分をご自身で記入する。利用中に紛失した利用者カードが出てきたら、利用回数の転記漏れがないか確認し処分する。(利用者カードは 1 枚持ちにする)

※利用回数の上限を超えて利用した場合は、区の助成金額も含めて全額自己負担となります。

●申し込み、問い合わせ

健康推進課母子保健係（03-5984-4621）

●実施施設と利用できるサービス

実施施設やご利用いただけるサービスの詳細は、二次元コードからご確認ください。

※利用可能な月齢については、事業者の体制等により変更となる場合があります。

詳細は各施設にお問い合わせください。



【区ホームページ】