



東府中病院

〒183-0005

東京都府中市若松町 2-7-20

ご予約は、出産後にお電話にて
お願いします

042-364-0151

月～土曜日 9:00～16:30

分娩施設の為、分娩入院の方で満床となった場合は、産後ケア入院をお受けできない場合もあります。予めご了承ください。

アクセス

お車でお越しの方

病院敷地内に駐車場完備(24台)

電車でお越しの方

京王線 東府中駅北口より徒歩5分

バスでお越しの方

●京王バス

JR 武蔵小金井駅南口5番乗場より府75で25分
東府中駅下車 徒歩5分

●府中市コミュニティバス「ちゅうバス」東府中駅下車
多磨ルート 徒歩5分

府中駅⇄多磨町

押立町・朝日町循環 朝日町ルート

府中駅⇄多磨駅(西武多摩川線)

<http://www.higashifuchu-hp.jp>



産後のママと赤ちゃんに

わたしたちができること・・・。

一人一人に寄り添う、

オーダーメイドの産後ケアを

体験してみませんか。

産後ケア

ママと赤ちゃんのための



Higashifuchu hp



カラダとココロのゆらぎ

産後のママのカラダは分娩の緊張や疲労でダメージを受けているだけでなく、急激にホルモンバランスが変化するため、精神的にも不安定になります。

産後で疲れたカラダをゆっくり休める時間もないまま、育児生活はすぐに始まります。

その時期をどう過ごすかによって、その後の育児や、家族の生活が変わることも多々あります。

ひとりで悩まないで

上手く育児ができない……。相談する人がいない……。

どうして私だけなの？と感じることはありませんか？

赤ちゃんが泣きやまない……。おっぱいが足りないの？

それともどこか具合が悪いの？と不安になります。

おっぱいが痛い、抱っこで肩や手首も痛い……。疲れた……

出産後は、ママ自身も周りの方も赤ちゃんが優先になってしまい、ママがひとりで頑張り、我慢しがちです。

自分でも気づかないうちに、産後マタニティーブルーになったり、心身ともに疲労して体調を崩してしまうこともあります。

出産後の生活や育児に伴う大きな不安を緩和し、

ココロとカラダのバランスを取り戻すきっかけになれば……

それが私たちの願いです。



オーダーメイドケア

ご希望に合わせて、ケアの内容を選べます。

お部屋は個室（シャワー・トイレ付）です。FreeWiFi 完備
ゆっくりお過ごしください。

★母乳相談 授乳相談 育児相談

★ママの休息

★アフターエクササイズ(1ヶ月健診後～産後ケア利用中は無料)

専門インストラクターによる出産後のシェイプアップやリフレッシュを目的とした、ヨガやエアロビクス。(要予約)

★ベビーマッサージ(1ヶ月健診後～産後ケア利用中は無料)

スキンシップをとることで、赤ちゃんもママもリラックスできます。赤ちゃんの動きや機能を活発にし、自然な運動発達と睡眠を促します。(要予約)



東府中病院だからできること

開院から35,000人以上の産後のケアを行ってきました。ママの心身のサポートはもちろんのこと、育児のサポート、また多くのママが抱えているおっぱいトラブルや授乳支援を丁寧に行います。

また、赤ちゃんの体調のこと等で心配な場合は、小児科受診も可能です。

産後の回復には、栄養も大切です。薬膳などを取り入れた産後の身体にやさしく、母乳に良い食事を提供しています。久しぶりにゆっくりと美味しい食事を味わってください。



カラダとココロを癒す、お食事・おやつをご準備します

産後ケアコース 生後4ヶ月未満の赤ちゃんとママのケア

- ・ショートステイ 10:00～翌日 16:00 66,000円 (税込)
↑ 1泊2日の場合
- ・デイサービス 10:00～16:00 27,500円 (税込)

府中市在住の方

★登録申請★

ご利用ご希望の方は、子ども家庭支援課の窓口へ妊産婦さまご本人（代理申請も可）が母子手帳をご持参のうえ、お申込みください。府中市HPから、利用登録申請書をダウンロードして郵送申請していただくこともできます。

申請後手続きには2週間ほど時間を要します。

ご利用をお考えの方は早めにお手続きをお願い致します。

★お問い合わせ★

府中市子育て世代包括支援センターみらい

府中市宮町1-41 フォーリス3階 042-368-5333

登録申請後は下記の料金でご利用いただけます。

ショートステイ 6,000円 (1泊2日～)

デイサービス 2,500円

<産後ケア入院時の持ち物>

利用カード 母子健康手帳 健康保険証 (母・児)

乳児医療証 診察券(お持ちの方のみ) 室内履き

ベビー服(少し多め) 紙おむつ おしりふき ティッシュ 等

宿泊の方は、洗面用具、ママ用バスタオル 他

★ママの室内着(パジャマ) ドライヤー 赤ちゃんのおくるみとお風呂用バスタオル 哺乳瓶、ミルクは、病院でご用意しております。

詳細は当院HP内『よくある質問』→『入院について』をご参照ください。