



### 出産費用

約70万円 (個室料金別)  
\* 正常出産、出産後6日間入院の場合

【個室料金】(日額)	
C個室(トイレなし)	13,000円
A個室(トイレ付)	17,000円
特C個室(トイレ付)	20,000円
特B個室(バス・トイレ付)	22,000円
大部屋	追加料金なし

### 退院後の健診とサポート

#### ★2週間健診

退院1週間後に病院に来ていただき、育児や退院後の生活で困っていることや不安なことについてお話を聞いたり、赤ちゃんの体重測定を行い、発育をチェックします。

#### ★母乳外来

助産師が、母乳育児から卒乳までの乳房トラブルに対応いたします。授乳の練習や、赤ちゃんの体重測定による発育のチェックも行います。

#### ★産後ケア

退院後でも育児のスキルアップや休息を目的に入院していただくことが可能です。心の余裕を生むためには体の疲れをとり育児の不安を取り除くことが大切です。ご相談ください。

### このようなお産を望まれる方へ

- 心地よい環境で納得のできる、いいお産をしたい
- 安全を見守ってくれる環境でお産をしたい。
- なるべく自然なお産がしたい。
- 医療行為は最小限にしたい。
- 助産師の寄り添うようなケアを受けたい。
- フリースタイルのお産がしたい。
- 上の子もお産に立ち会わせたい。

### 交通アクセス



#### 電車で来院する場合

- 湯島駅(千代田線)から徒歩8分
- 本郷三丁目駅(丸の内線 大江戸線)から徒歩10分
- 御徒町駅(JR線)から徒歩15分
- 上野駅(JR線 銀座線)から徒歩20分
- 京成上野駅から徒歩20分
- 御茶ノ水駅(JR線 丸の内線)から徒歩10分
- 新御茶ノ水駅(千代田線)から徒歩10分
- 末広町駅(銀座線)から徒歩10分

#### お車で来院する場合

当院には駐車場(有料)があります。

# 東都文京病院の お産のご案内

病院の中で、より家庭的で  
自分らしい 自然なお産を



医療法人社団大坪会  
**東都文京病院**

〒113-0034 東京都文京区湯島3-5-7

ご予約・お問い合わせ  
03-3831-2181 (代)  
<http://www.tohtobunkyo-hp.com>

## ご妊娠おめでとうございます！

あなたはどんな場所で赤ちゃんと対面し、どのように赤ちゃんとの生活を始めてみたいですか？当院では、病院内で家庭的な雰囲気の中で出産を行っています。産科医師と小児科医師、助産師がワンチームで見守り、安心してお産して頂けます。

「赤ちゃんとお母さんに寄り添ったあたたかいケア」をめざして、自分らしく納得いくお産になるようスタッフがお手伝いをします。

ゆっくり、安心してお産と子育てに取り組んでみませんか？そのお手伝いを私たちにさせてください。



## 当院での妊婦健診・マタニティクラス

★妊婦健診の度に助産師がお話を伺い、医師の診察を受けることができます。妊娠中の不安や疑問をご相談ください。

★当院では、母乳育児を推進しています。妊娠中記に乳房の確認を行い、母乳育児に向けてお手入れの方法をお話しします。

★どのようなお産がしたいのか、どのように赤ちゃんを迎えたいのか、パースプランをお伺いし、より満足のいくお産になるようスタッフがお手伝いします。

★妊娠中に3回のマタニティクラス（妊娠中の過ごし方、おっぱいクラス、お産クラス）を開催。パートナーの方も、ご参加いただけます。

## 出産時のサポート

### ★アクティブバース

「自分が主体となって産む」というお母さんの意欲は、赤ちゃんにも伝わり、精神的に安定し、お産に集中しやすくなります。妊娠中から自分の身体に向き合い、お産に向けてお手伝いします。

### ★フリースタイル出産

出産時の姿勢を決めず、できるだけ楽な姿勢で出産を行う方法です。実際のお産中は赤ちゃんにモニターをつけますので、少し制限されることもあります。

### ★リラックスと呼吸のサポート

陣痛室と分娩室が一緒になっています。アロマの香りにつつまれ、音楽で癒され、アクティブチェアや、バランスボールを用いて、リラックスして過ごすことができます。また、いきみを逃す楽な呼吸方法で、産道の抵抗を和らげ、出産の進行をスムーズにします。

### ★家族の付き添い

パートナーの方はもちろん、お子様やご家族様の立ち合いも可能です。また、帝王切開出産におきましてもパートナーの方の立ち合いが可能です。

### ★早期母子接触

出産直後に母子の状態が安定していれば、赤ちゃんの安全をモニタリングしながら、お母さんの胸に赤ちゃんを抱っこしていただけます。赤ちゃんはお母さんの肌と肌が触れ合うことで安心し、おっぱいを探し始めます。母乳育児を行うためにも最適なスタートです。



## 産後の生活のサポート

### ★母子同室

母子が一緒にいることは自然な姿です。母児同室で赤ちゃんがたくさん時間を過ごすことで退院までに育児に慣れることができます。

### ★母乳育児

抱いて授乳、抱かれて哺乳という行為により母と子のところが育ちます。産後早期から赤ちゃんが母乳を吸えるようお手伝いしていきます。十分に母乳をあげられない場合は、ミルクの補足が必要です。医師と連携し、サポートします。

### ★沐浴練習や退院後のお話

入院中には、赤ちゃんをお風呂に入れるやり方を見ていただき、実際に入れて頂きます。また、退院後の生活の注意点などについてもお話しします。

### ★赤ちゃんの診察

赤ちゃんは小児科医師が診察を行い、発達過程を診ます。

### ★産後に必要な栄養

1日3食以外におやつが出ます。管理栄養士が産後のお食事をサポートいたします。入院中にお祝いのお食事を準備させていただきます。

