



## 【退院後の健診について】

産後のお母さんの健診を「産後健診」、赤ちゃんの健診を「1 ヶ月健診」といいます。予約はそれぞれ取得する必要があります。

### 1. 産後健診（お母さんの診察券で受付します）

- 時期：産後5～6週間
- 場所：産科外来
- 予約方法：退院時に予約します。予約を変更する場合は、お電話にて承ります。  
【予約変更受付時間】平日 12時～16時  
【電話番号】03-3400-1311（代表）  
※「産科外来あて産後健診の予約変更」とお伝えください。
- 持ち物：母子健康手帳、診察券、保険証
- 受診方法：診察券を再来機に通し、産科外来で血圧測定用紙（体重記入）・検尿・産後問診票を検尿窓口へ提出してお待ちください。

\*産後の健診まではシャワー浴のみですが、診察で順調といわれたら湯船に入れます。また、性生活も可能になります。排卵は月経が再開する前に起こるため、月経を見ずに妊娠することもあります。次のお子さんをまだご希望されない場合は、初回から避妊をしましょう。また、子宮からの出血や茶色いおりものがなくなるまでビデ等で陰部の洗浄を続けてください。

\*2年に1回子宮がん検診と、毎月乳がんのセルフチェックを行いましょう。

### 2. 1 カ月健診（赤ちゃんの診察券で受付します）

- 時期：生後4～5週間
- 場所：小児保健部
- 予約方法：退院前に予約します。予約を変更する場合は、お電話にて承ります。  
【予約変更受付時間】平日 15時～16時50分  
【電話番号】03-3400-1311（代表）  
※「小児保健部あて1カ月健診の予約変更」とお伝えください。
- 持ち物：母子健康手帳、診察券、保険証、ベビー服（1～2着）、おむつ、おしりふき
- 受診方法：初診受付で赤ちゃんの名前が入った診察券を作成後、小児保健受付に母子健康手帳を提出してお待ちください。

- \*1 カ月健診では、助産師による母乳相談を行っております。
- \*小児保健部では健康診断・予防接種・心理相談を行っております。2 カ月健診では母乳の相談を含めて助産師とお話しすることができます。3 カ月健診以降は、栄養士から栄養のお話を聞くことができます。また公認心理士が育児相談（別料金）も行っておりますので、ぜひご利用ください。2 カ月以降の健康診断はホームページからのWEB予約もできます。
- \*3 階の小児保健部は健診部門です。病気の場合は2階の小児科受診となりますので、ご注意ください。
- \*お母さんの産後健診と赤ちゃんの1 カ月健診を同日に受診することをおすすめしています。

### 3. オンライン 2 週間健診

- 時期：産後 2 週間前後
- 場所：オンラインのため自宅
- 予約方法：産後病棟を退院するときに予約します。詳しい予約方法はご入院した病棟で説明します。
- 受診方法：ご自宅などでパソコンやスマートフォンなどのモバイル電子機器で Zoom を利用して行います。

\*退院後に電話での予約はできません。予約の変更はお電話にて承っております。

【電話番号】03-3400-1311（代表）

※「オンライン 2 週間健診の予約変更」とお伝えください。

\*ご自身のパソコン、スマートフォンなどのモバイル電子機器で Zoom のアプリをダウンロードしておいてください。

\*料金は入院費の会計に含まれます。退院後に予約をキャンセルされても返金はありませんので、ご了承ください。