

産後ドゥーラ（有限会社マ・メール／松が丘助産院）

マ・メールでは松が丘助産院を運営し、一般社団法人ドゥーラ協会認定の産後ドゥーラを派遣しています。育児や家事、産後のからだに良い食事作り等から相談事まで、お母様が安心して産前産後を過ごせるようサポート致します。

【お問い合わせ窓口】

所在地	中野区松が丘1-10-13
ホームページ	https://matsugaoka-sango.com/shinjuku_doula/
電話番号	090-9682-7957
E-mail	ホームページ内の「新宿区産後ケア専用メールフォーム」からご連絡ください。
営業日	月曜日～金曜日（祝日を除く）
営業時間	午前10時～午後4時

【訪問するヘルパーについて】

産後ドゥーラ（保育士・看護師など他資格を持つドゥーラはホームページ上で確認できます。）

【利用料金】 1時間あたり **1,500円**

【支援内容について】 ※基本的な内容はP.3からお選びください。以下は事業者により異なる内容です。

沐浴	産後ドゥーラが行う場合は、保護者の見守りが必要です。
養育者不在時の見守り	1時間程度であれば可能です。
ヘルパーの指定	ホームページから支援を希望する産後ドゥーラを選ぶことができます。
多胎児やきょうだいの保育	産後ドゥーラ1人がお子さん2人を見ることができます。 ただし、室内及び養育者が在宅（声をかけたら対応できる状況）である場合に限ります。

【予約方法】

- ①ホームページ URL から【新宿区産前産後支援事業】のページを開く。
- ②ご希望の産後ドゥーラを選び【メール一括送信ボタン】を押す。
- ③入力フォームが開くので、必要事項を入力して送信する。
- ④産後ドゥーラから直接メールで連絡が入る。



新宿区専用ページ

【予約期日】

1週間以上余裕を持ってご予約下さい。特に、土日祝日をご希望される場合、対応できるドゥーラが限られますので、わかり次第早めにご予約をお願いします。

ご利用間際のお申込みの場合、予約できないことがあります。

※お困りの場合はお問い合わせ窓口のメールフォームからご連絡ください。

【支払い方法】

振込	口座引落	クレジットカード	現金	PayPay
×	×	×	●	●

終了時に、利用時間分を現金またはPayPayにてお支払いいただきます。領収書はその場で発行いたします。

【その他留意事項】



産後ドゥーラのみ利用が産前から生後4か月（5か月のお誕生日の前日）までになります。