

リピート率 70%！都会のど真ん中の産後ケア施設「ひより」 たくさんのママに「また来たい」と思わせる魅力に迫る！

専門家から直接アドバイスを受けられる日本最大※の育児支援サイトを運営する株式会社ベビーカレンダー（旧社名：株式会社クックパッドベビー、本社：東京都渋谷区、代表取締役：安田啓司、以下「ベビーカレンダー」）が、東京都港区南青山に位置する「女性とこどものケアサロン ひより（以下、ひより）」の運営を引き継ぎ、本格的に産後ケア事業へと参入いたしました。

※2021年11月時点において各メディア（当社選定競合サイト4社）が発表している月間PV数（当社調べ）

都会の真ん中で、港区のママたちから「駆け込み寺」として親しまれている「ひより」。港区には、公式に助成・契約している産後ケア施設が8件ある中で、リピート率はなんと約70%！育児や授乳の悩みに寄り添い、心も体もほっとできる場所として、多くのママに選ばれています。その背景には、どんな取り組みや想いがあるのでしょうか。代表の板谷や利用者の声を通して「ひより」の魅力を紐解いていきます。

【サマリー】

1. 女性とこどものケアサロン「ひより」とは
2. 「ひより」の4つの魅力
3. リピーターのママの声
4. 女性とこどものケアサロン「ひより」施設詳細

1. 女性とこどものケアサロン「ひより」とは



「ひより」は、助産師・保育士・栄養士など、複数の専門職が連携して母子をサポートする少人数制のデイケア型産後ケア施設です。1日2組限定で運営されており、授乳や育児の悩みに対する専門的なアドバイスや痛みのない乳房ケア、手作りのあたたかい食事、セミプライベートな空間での休息やママ同士の交流の場が用意されています。

「ひより」がオープンしたのは2023年。当時、新型コロナウイルス感染症の流行を経て、産院から授乳室がなくなり完全個室化が進んでいました。そんな背景を受け「ママたちが自然とつながれる場所をつくりたい」と代表の板谷が開設しました。

2. 「ひより」の4つの魅力

「ここに来ることが救いになっている」そんなママたちの声が絶えない産後ケア施設「ひより」は、オープンから2年でリピート率約70%という人気の産後ケア施設になりました。

心も体も不安定になりがちな産後に、なぜこれほどまでに選ばれているのか。ママたちを惹きつける4つの理由に迫ります。

ママ同士がつながれる場所

適度な個室の開放感や共有スペースがある「ひより」では、利用をきっかけにママ同士のつながりが生まれ、利用後も交流が続いているケースが珍しくありません。

なかには、「ひより」を利用していたという共通点から、一気に打ち解けたというエピソードもあるのだとか。数ある産後ケア施設の中から「ひより」を選んでいったという価値観の近さや、「ひより」でのエピソードが話題になり、会話が盛り上がることもあるよう。

「あの時悩みに寄り添ってくれた」「実家のように心がやすらいだ」など、似たような体験をしているからこそ、共感できる話題が多く、会話が盛り上がるといいます。「ひより」がこだわりを持って運営しているからこそ、その価値観に触れた人たちは親近感を覚えるようです。



会話が弾むランチタイム

基本的に、ランチは共有スペースで提供され、ママ同士の自然な会話が生まれます。スタッフの助産師も同席するため、食事をしながら気軽に悩みを相談できるのも魅力のひとつ。

「ひより」で出される料理は、どこか懐かしさを感じさせる手作りの料理。無添加にこだわった体にやさしいメニューが提供されます。塩麹や醤油麹、レモン酢などの発酵調味料も自家製です。人が作ってくれた料理のあたたかさや、手作りならではのホッとした味に、思わず涙を流したママもいるのだとか。

食事中、赤ちゃんはスタッフが預かってくれるため、ママはあたたかい食事をゆっくり味わうことができます。



<助産師・板谷の思い>

産後はとにかく自分の食事に気を使えず、食卓につき、あたたかい出来立てのごはんを食べられないこともあるでしょう。

出産でのダメージや授乳によるエネルギー消費があり、ママの体の回復にはしっかりとした栄養補給が必要不可欠です。また、満足のいく食事は体だけでなく、心も満たされます。心身ともに満たされることで分泌されるオキシトシンは幸せホルモンと言われ、幸福感を感じた育児や、母乳分泌にも繋がっています。

ひよりのランチは無添加で調味料にもこだわっています。良いものをしっかりと取り入れているんだと自分で思える事も重要です！

また、産後は大人とゆっくり話したり、たくさん笑ったりすることが少なくなりがちです。「ひより」では、個室で食べたいという希望がない限り、あえてみんなで食卓を囲み、たくさん話してもらう機会を作っています。楽しく笑いながら食べることも大切にしています。

痛くない乳房ケア



「乳房ケアは痛い」というイメージをくつがえす、やさしい乳房ケアが「ひより」流。BS ケア（赤ちゃんの本能的な動きとお母さんの身体が本来持っている力を利用した乳房ケア）をはじめとする痛みのない手法でおこなわれており、施術中に眠ってしまう人もいます。

また、大切にしているのはママの気持ちを第一に考える姿勢。育児スタイルはママの意思を尊重しています。

そんな中でも特徴的なのは、ひよりの乳房ケアを受けたことで「諦めていたのにすごい！」「こんなに出るんですね！」と驚く人が多いということです。

デイケアの利用中は何度でも専門家のサポートを受けられるので、授乳のたびに授乳指導や乳房ケアを受ける人もいます。

アットホームなスタッフ

助産師に「厳しい」イメージを抱く方もいるかもしれませんが「ひより」のスタッフは真逆。ママの想いを尊重し、徹底的に寄り添い、「希望する育児を叶えるにはどうしたらいいか？」を一緒に考えます。

中でも、代表の板谷は「まるで実家のお母さんのよう」と利用者からの定評あり。育児に疲れたときでも気負わず訪れられる、そんなアットホームな空気が「ひより」のあたたかさを作り出しています。



3. リピーターのママの声

「ひより」の魅力に迫るべく、利用者のママに話をうかがいました。インタビューをしたママは、第一子・第二子と継続して「ひより」に通っています。



「ひより」は、体を休めたり仕事をしたりするのに利用しています。完全個室ではない分、同じ日に利用したママたちと自然に会話が生まれ、仲良くなりやすいのも魅力です。ここで知り合ったママとは、今でも連絡を取り合っています。

ランチタイムには、板谷さんやスタッフさんに悩みを聞いてもらうことが多いのですが、「こうしたほうがいい」といった押しつけがありません。先輩ママであり、その分野のプロでもあるスタッフの話には説得力があります。

さらに、スタッフの皆さんの経験談は、どれも肩の力が抜けるような話ばかり。気持ちがふっと軽くなって、「悩んでも仕方ないな」と前向きになれました。

利用する前は、産後ケア施設と聞くと「疲れたママが静かに休みに行く場所」というイメージが少なからずありました。でも、「ひより」は明るくて、体を休めるだけでなく、リフレッシュできる場所でもあります。ここに通うことが精神的な支えになっています。

ひより代表・助産師 板谷佑子

お産のスタイル・産後の生活・育児のスタンスもその人・その家族によってまったくスタイルが異なります。私をはじめ、「ひより」のスタッフは「その人、その家族にとってどんな形がベストであるか」を常に考えながら接しています。

情報があふれている中で、適切な選択をすることさえ難しくなっている現代では、私たち助産師が黒子となり自分らしい産後、育児をママとご家族が選択、実行していけるよう寄り添ってまいります。

私たち助産師の仕事は、お産の現場だけではありません。女性の一生をサポートできるエキスパートです。いつもママとお子様、ご家族の笑顔があふれる世の中であることを願い、ママの駆け込み寺でありたいと思っています！



ベビーカレンダー編集長 二階堂美和



ベビーカレンダーには、日々たくさんのママたちから悩みや不安の声が寄せられています。中でも、コロナ禍を経て顕著になったのが「孤育て」による心身の負担です。私たちは、そんなママたちの気持ちが少しでも軽くなるように、情報の発信を続けてきました。

そしてこのたび、リアルな場でもママたちを支えたいという想いから、ベビーカレンダーが本格的に産後ケア事業に参入することとなり、編集長として心からうれしく思っております。

近年、自治体による支援が進み、「産後ケア」という言葉が少しずつ広まりつつありますが、まだまだ十分に知られていないのが現状です。そんな中、「ひより」はこの2年間で多くのママたちに愛され、信頼される場所へと育ってきました。

今回の取材を通して、実際に「ひより」を利用されたママたちのリアルな声を聞かせていただき、このような“ママの心と体を休める場所”の必要性をあらためて実感しました。

ママたちが笑顔を取り戻せる場所として――

「ひより」が、そしてベビーカレンダーのサイトやアプリが、これからも寄り添い続けられるように。

私たちはこれからも、ママたちの声に耳を傾けながら、一步ずつ歩んでまいります。この記事が、産後のママご自身はもちろん、周囲の皆さまの理解やサポートのきっかけになることを心から願っております。

4. 女性とこどものケアサロン「ひより」施設詳細



住所：東京都港区南青山 2-29-8 フロンティアビル 8F

アクセス：東京メトロ「外苑前」駅より徒歩 4 分

予約：問い合わせフォーム・LINE

URL：<https://baby-calendar.jp/hiyori-aoyama/>

提供サービス

●産後デイサービス

営業日：月曜日～土曜日（祝日・年末年始 休み）

営業時間：9:30～15:00

対象：生後 1 歳未満

オプション：リンパケアやアロマトリートメントなどさまざまなオプションを用意

●乳房ケア外来

受入日時：随時対応

対象：ケアが必要な方

●乳房ケア訪問

受入日時：随時対応

対象：ケアが必要な方

※港区産後母子ケアデイサービス・乳房ケア事業（外来型・訪問型）対象

今回の運営引き継ぎにより、ベビーカレンダーがこれまで培ってきたノウハウを活かし、「ひより」の想いや現場の取り組みをより多くの人に届けるとともに、今後さらに多くの母子を支援する仕組みの構築に取り組んでまいります。

<「ベビーカレンダー」サイトに関して>

『ベビーカレンダー』は、月間 PV 数 3.1 億 PV、会員登録数が年間約 36 万人、総勢約 100 名の医師・専門家が監修する妊娠・出産・育児の情報を網羅した日本最大（※）の育児支援メディアです。妊娠してから赤ちゃんが 2 歳になるまでの間、赤ちゃんの成長に合わせ、元雑誌編集経験者を中心とした 20 名以上の編集者が質の高い記事を毎日提供します。

※2021 年 11 月時点において各メディア（当社選定競合サイト 4 社）が発表している月間 PV 数（当社調べ）において
ニュースリリースはこちら ▶ https://corp.baby-calendar.jp/information_tax/release

<運営会社「ベビーカレンダー」に関して>

社名：株式会社ベビーカレンダー（<https://corp.baby-calendar.jp>） ※2021 年 3 月 25 日 東証マザーズ（現グロース市場）上場

本社所在地：〒151-0053 東京都渋谷区代々木 1-38-2 ミヤタビルディング 10F

代表者：代表取締役 安田啓司

設立年月日：1991 年 4 月

主要事業：メディア事業、医療法人向け事業

多くの医療専門家監修による、日本最大の PV 数を誇る育児支援サイト「ベビーカレンダー」を運営。ベビーカレンダー以外にも、女性のライフスタイルにあわせた情報提供サイトを展開し、事業を拡大中。2021 年に東証マザーズ上場。

<運営メディア一覧>

■ベビーカレンダー：医師・専門家監修の妊娠・出産・育児の情報メディア

URL： <https://baby-calendar.jp/>

■ウーマンカレンダー：オトナ女子によるオトナ女子のためのアンチエイジングメディア

URL： <https://woman-calendar.jp/>

■ムーンカレンダー：生理・恋愛・美容 女性たちのリアルがわかるメディア

URL： <https://moon-calendar.jp/>

■シニアカレンダー：シニア情報メディア

URL： <https://kaigo-calendar.jp/>

■シツテク：恋愛・結婚＆マッチングアプリ紹介メディア

URL： <https://moon-calendar.jp/sitteku/>

■赤ちゃんの名付け・名前ランキング：赤ちゃんの名前、よみのランキング検索メディア

URL： <https://nazuke-nameranking.jp/>

■ヨムーノ：忙しくても「くらしをもっと楽しく賢く！」くらし情報メディア

URL： <https://yomuno.jp/>

<公式 SNS からも最新情報更新中！>Instagram : <https://www.instagram.com/babycalendar/>YouTube : <https://www.youtube.com/channel/UCFblSCmHFCkHiFXsrcksuhA>Facebook : <https://www.facebook.com/babycalendar/>X (旧 Twitter) : https://twitter.com/baby_calendarTikTok : https://www.tiktok.com/@babycalendar_official**【本件に関するお問い合わせ先】**

株式会社ベビーカレンダー 担当：高橋 千尋

TEL：03-6631-3600 FAX：03-6631-3601 MAIL：info@baby-calendar.jp

※本調査内容をご使用いただく際は、出典の記載をお願い申し上げます。また、画像データ等の改変はご遠慮ください。