

## 板橋区 産前産後支援事業（産後ドゥーラ）利用案内

妊娠中から出産後6か月未満の方を対象に、「産後ドゥーラ」がご自宅を訪問し、お母さまの心身のケアや家事・育児などのサポートをします。

「産後ドゥーラ」とは、一般社団法人ドゥーラ協会から認定を受けた、産前・産後の女性特有のニーズに対しサポートするための知識や技術を持つ専門家です。

### サポートを利用できる方

板橋区内にお住まいで、**妊娠中及び出産後6か月未満の方**

※利用できる期間は、母子健康手帳取得後から、お子さんが生後6か月に達する前日までです。

サポートの内容	
利用上限時間	30時間まで（多胎児（多胎妊娠）の場合は60時間まで）
利用料金	1時間につき <b>1,300円</b> （住民税非課税世帯及び就学援助受給世帯 半額、生活保護世帯 免除） 初回利用～4時間まで、1時間につき500円（住民税非課税・就学援助受給・生活保護世帯は無料）にてご利用いただけます。 ※ご利用当日のサポート開始前に担当するドゥーラへ現金または PayPay でお支払いください。 ※通院付き添い等で交通費等実費が発生する場合は、実費分を追加でお支払いください。
利用時間	月曜日～日曜日（祝日含む）午前9時～午後8時（年末年始 12/29～1/3を除く） ※1回につき2時間以上、1時間単位で4時間までのご利用となります。 ※利用時間は訪問するドゥーラに相談のうえ決めてください。担当するドゥーラにより対応できる曜日・時間は異なります。 ※予約状況により、ご希望に添えない場合があります。日程に余裕をもって早めにお申込みください。
サービス内容 ※詳細については、担当するドゥーラとご相談ください。	<p>【できること】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○日常的な簡単な家事（食事の支度・片付け、食材などの買物、掃除・洗濯など）</li> <li>○授乳の手伝い ○おむつ交換・着替え ○沐浴</li> <li>○きょうだいのお世話や徒歩圏内の保育園・幼稚園への送迎 ○通院などの付き添い ○育児相談・助言 ○産後における生活設計の相談など</li> </ul> <p>【できないこと】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>×日常的な家事にあたらなないこと（引っ越し作業、浴室のカビ取り、換気扇やエアコン等器具類の掃除、床のワックスがけ、庭の草むしり、家具の修繕、行事等のための手間のかかる料理など）</li> <li>×犬の散歩等ペットの世話 ×来客対応</li> <li>×託児目的の利用 ×保護者不在時の利用 ×感染症にり患しているときの利用</li> <li>×本人、もしくは同居するご家族が37.5度以上の発熱があるときの利用</li> <li>×対象児童の不在時の利用（産前利用等を除き原則不可）</li> </ul>
キャンセル・変更について	キャンセル・変更の場合は、利用予定前日の午後5時までに、訪問予定のドゥーラに直接連絡してください。 利用予定前日の午後5時を過ぎてからご連絡いただいた場合は、1時間利用したものとし、利用上限時間から減算させていただきます。

（裏面に続く）

## 利用の流れ

### 1 利用登録申請を行います。

LoGo フォーム



母子健康手帳の取得日以降に、利用登録申請を行います。

右の二次元コード「LoGo フォーム」にアクセスし、電子申請を行ってください。

または、板橋区のホームページから登録申請書を印刷し、下記窓口へ郵送してください。

※利用料金の減免を希望される方は、世帯全員が住民税非課税世帯、就学援助受給世帯、

又は生活保護受給中であることが確認できる書類の写真データ（郵送申請の場合は写し）を添付してください。（添付を省略できる場合もありますので、詳細は区ホームページをご確認ください。）

#### 【郵送申請の場合の送付先】

〒173-0001 板橋区本町 24-17 板橋区子ども家庭総合支援センター「子育てサポート」宛

### 2 「利用決定通知書」及び「利用カード」が届きます。

申請後 2 週間ほどで、区から登録番号を記載した「利用登録決定通知書」と「利用カード」を郵送でお送りします。こちらがないとサポートが受けられませんので、大切に保管してください。

### 3 専用サイトからサポートの依頼を行います。

利用の際は、区の委託事業者である「松が丘助産院」のホームページ（下記二次元コードからアクセスしてください）から、希望する産後ドゥーラを選択し、サポートの依頼をしてください。

申し込みの際、お送りした「利用決定通知書」に記載してある登録番号が必要です。

↓↓サポート依頼はこちらの二次元コードから



※松ヶ丘助産院の板橋区専用ページにつながります。

[https://matsugaoka-sango.com/itabashi\\_doula/](https://matsugaoka-sango.com/itabashi_doula/)



### 4 サポート当日

サポートご利用前に、訪問した産後ドゥーラに利用料金をお支払いください。

お支払いは現金または PayPay 決済となります。

現金の場合はお釣りが出ないよう、事前にご準備ください。

利用の際は、お送りした「利用カード」を産後ドゥーラに渡してサインをもらってください。

## 問合せ先

#### ○本事業に関すること

板橋区子ども家庭総合支援センター子育てサポート ☎03-5944-2381

#### ○産後ドゥーラの訪問支援に関すること

有限会社マ・メール（松が丘助産院）☎03-5343-7957（平日 15 時～17 時）

または松が丘助産院ホームページのメールフォーム(<https://matsugaoka-sango.com/doula-care/>)からお問い合わせください。

🌸 区ホームページ「産前産後支援事業」（産後ドゥーラ）のページもご覧ください。

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kosodate/ninshin/ninshin/1049534.html>

