

# 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

受付時間：9：00～17：00（土日祝・年末年始を除く）

子育て中のご家庭を  
絶賛応援中!!

こんな時、まずはお気軽に

「子育てサポート」へお問い合わせください。

- サービスの違いが分からない
- どのサービスを使えばよいか分からない
- 利用の仕方が分からない など

育児・家事のサポート

- 日常的な簡単な家事
- 授乳の手伝い
- おむつ交換・着替え
- 沐浴
- きょうだいのお世話
- 通院などの付き添い
- 育児相談・助言 など



妊娠中  
～産後6カ月未満

### 産後ドゥーラ

専門資格を持つ「産後ドゥーラ」が心身のケアや家事・育児のサポートを行う事業です



- 居室の簡易な掃除・整理整頓
- 食事の支度
- 衣類の洗濯
- 沐浴の補助
- 授乳の補助
- 育児相談
- 健診の付き添い など



妊娠中  
～3歳誕生日前日

### 育児支援ヘルパー

「育児支援ヘルパー」がご自宅を訪問し、家事・育児などの支援を行います。



- 保育園や幼稚園の送迎や迎え後の預かり
- 会員宅や児童館での預かり
- 短時間の仕事や通院などの場合
- 買い物やリフレッシュなどの場合
- きょうだい児の学校行事の場合



生後  
43日～小学校卒業

### ファミリー・サポート・センター

お子様の一時的な預かりや送迎のお手伝いなど、子育てを地域で相互援助する事業です



子どもを預ける

- 疾病や出産のため入院または通院する場合
- 家族の疾病などによりその介護に従事する場合
- 育児疲れや育児不安などで養育が困難な場合
- 学校や仕事に伴う都合による場合
- 冠婚葬祭への出席などによる場合



生後  
43日～2歳未満



2歳～12歳以下



生後  
43日～18歳未満

### 乳児ショートステイ

### ショートステイ・トワイライトステイ

### 子どもショートステイ(協力家庭)

お子さまの養育が一時的に困難な時、区が委託する施設または協力家庭でお預かりする事業です



- 一時的に保育が必要でベビーシッターを利用した場合
- ベビーシッターを活用した共同保育を利用の場合



0歳～小学校就学前



小学校3年生までの病児・病後児

小学生までの障がい児

### ベビーシッター利用料助成

ベビーシッター利用料の一部を板橋区が助成する事業です



## 子育てサポート一覧

区は、妊娠期から、成長段階に応じ、さまざまな支援事業を実施しています。



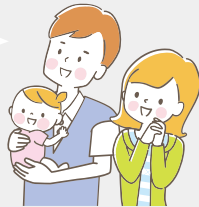
産前	産後	就学前	就学後
産前産後支援事業（産後ドゥーラ）		妊娠中～産後6カ月未満	
育児支援ヘルパー派遣事業		妊娠中～3歳誕生日前日	
生後43日～小学校卒業	ファミリー・サポート・センター事業		
生後43日～18歳未満	子どもショートステイ事業		
生後43日～2歳未満	乳児ショートステイ事業		
	2歳～12歳以下	ショートステイ・トワイライトステイ事業	
0歳～小学校就学前	ベビーシッター利用料助成事業		
0歳～小学校3年生までの病児・病後児	ベビーシッター利用料助成事業		
0歳～小学校卒業までの障がい児	ベビーシッター利用料助成事業		

※ 表に示した事業は一例です

## ご利用者さまの声・利用例

### 育児支援ヘルパー派遣事業

水回りがとってもきれいになりました！  
また、ヘルパーさんがいつも優しく話しかけてくれるのが嬉しいです。  
普段大人と話す機会が無いので、自分の心のリフレッシュにもなります。



夕食の調理をお願いしました。  
どれも美味しく、家族も喜んでいました！  
これからもヘルパーさんが来る日を家族皆で楽しみにしています。

3時間子どもと遊んでもらいました！  
その間にゆっくり休むことができ、とてもありがたかったです。  
初めての利用でしたが、人見知りの子どもも懐いており安心しました。  
まだ利用したことが無い友人にも勧めました！



健診に付き添ってもらいました。  
日々寝不足で体力に自信がなかったのですが、とても心強く、助かりました。

### ファミリー・サポート・センター事業

ファミサポさんに自宅で預かって頂けたことで、ずっと行けなかった美容室に行ける時間がとれました。  
心も体もリフレッシュできました。



週1回の習い事の送迎に、自分が行けない時に月に2回程度お願いしています。習い事を休ませずにすむので子どもも喜んでいます。

初めての利用で不安もありましたが、援助会員さんとの事前打合せがあるので、安心して利用できました。



出産後の1か月間ほど、上の子の保育園のお迎えでファミサポを利用しました。  
両親も遠方で頼めなかったので助かりました。

### 産後ドゥーラ

親の手助けや夫の育休なしの子育てで不安でしたが、ドゥーラさんに大変助けていただきました。  
沐浴、寝かしつけ、遊び方といった育児の手本を見せてもらえたのが大きかったです。

短時間でたくさんの作り置きを作ってくれておどろきました！ご飯がとても美味しくレシピを聞いてしまった。久々に人の作った温かいご飯を食べて心があたたまりました。

1か月健診で、赤ちゃんとの初めての外出で不安でしたが、一緒についてきてくださり安心できました。

双子育児で疲弊していた時に、サポートしに来てくれて本当に助けられた。寝不足の日々だったが、まとまった睡眠をとることができた。ドゥーラさんがいなければどうなっていたかわからないです。

