

赤ちゃんもぐっすり  
眠ってくれる

赤ちゃんとの  
ゆったり  
コミュニケーション

ママの  
リラックスタイム

## 土浦市 産前・産後家事ヘルパー

土浦市産前・産後家事ヘルパー派遣  
事業とは？

家族等から日中に家事等の援助を受けることが難しい・・・育児と家事を1人するのが不安・・・そんな妊産婦の家庭に訪問支援員（家事ヘルパー）が訪問し、家事・育児のお手伝いを行います。

お手伝いの内容

- \* 食事の準備、後片付け
- \* 衣類の洗濯
- \* 住居等の掃除・整理整頓
- \* 生活必需品の買物
- \* 調乳準備・片付け、授乳の補助
- \* 沐浴・入浴・おむつ替えの準備、補助
- \* 保育所等の送迎支援、健診の付き添い（徒歩や公共交通機関を利用する場合のみ可）



この事業の詳しい内容は？

**対象** 次の全ての要件を満たす方

- ◎土浦市民の方
- ◎母子健康手帳の交付を受けた方
- ◎利用決定～産後1年以内の方
- ◎家族等から日中に十分な家事・育児の援助が得られず、自ら家事・育児を行うことが困難である方

**利用時間** 1回あたり1～2時間程度  
(1時間単位)

**利用時間の上限** 対象期間中48時間まで  
(多胎は72時間まで)

**利用回数** 原則1日1回、月上限4回  
(多胎は月上限6回)

**利用者負担額** 500円～/1時間

※家事ヘルパーの交通費や駐車料金、家事支援以外に係る費用は 別途自己負担有

※生活保護世帯は無料



問い合わせ・申込み：土浦市こども未来部こども包括支援課 029-826-3381(直通)