



# 子育て応援券で 家事援助



使っていますか？ **子育て応援券**

予防接種だけではもったいない！去年から始まった、家事援助サービスは妊産婦さんにぴったり♪利用する方も増えてきています。今回は NPO 法人えーるさんの家事援助サービスについてうかがいました。

**NPO 法人えーる**

産前産後家事サポート「おうちでサポート！」

●対象：マタニティーから1歳未満のお子さんがいらっしゃる方 ●利用料：¥1200~/時間

●こんなサポート出来ます！

食事の支度・衣類の洗濯・掃除、整理整頓・沐浴の準備、片付け、手伝い・生活必需品の買い物・健診等の付き添い・育児の助言、相談など。

どんな人がくる？！ ●訪問スタッフ

スタッフは主に園児～大学生の子育て中のママで、「コミュニティスペースえーる」のスタッフでもあります。「子育て中のママたちに何かできることがあれば・・・」という思いでおうちサポートを行っています。

申込み方法は？ ●利用の流れ

- ① 面談 コミュニティスペースえーるにて、ご依頼の内容についてお伺いします。
- ② 申し込み お電話にてお申込み
- ③ 当日 スタッフが訪問・依頼のあった内容に沿ってサポートいたします。
- ④ 精算 サポート終了後、お支払い

●安心してご利用いただくために・・・

えーるでは、顔が見える関係を大切にしています。そのため事前の面談は基本的にコミュニティスペースえーるにて、直接お話をお伺いしています。（直接お越しいただくことが難しい場合はご相談ください）

また、コミュニティスペースえーるでは、乳幼児の親子連れで集うひろばを行っています。妊婦さんでのご利用も大歓迎です！おうちでサポートを利用する、しないに関わらず、妊婦さんの時からお越しただければ、出産や赤ちゃんが生まれた後の体験談など、少し先輩のママたちからも聞くことができ、いろいろな情報を得ることができます。その後、もしおうちサポート利用される場合にはスタッフとの事前の面識もあることで、より安心してご利用いただけると思います。

## 利用者の声

- ・誰にも話せないしんどい思いを聞いてもらってスッキリした。
- ・自分ができない料理を作ってもらえ、今後の参考になった。
- ・いつも話すお友だちや身内とはできない話や悩みなどを話せるのがありがたい。
- ・面談して翌日に来てもらった。柔軟に対応してもらえて本当に助かった。自宅の近くにあれば絶対にまた利用したいと思った。



つわりが長引いて家事が大変…  
そんな時は是非お願いしたい！！  
自分以外の誰か作ったご飯って、格別おいしく感じるよね！

ご飯から掃除洗濯まで家事全般！？幅が広い事にびっくり！安心して利用できるようにいろいろ考えていてくれて、頼れそう☆支援券が使えるならお願いしてみたいかも♡



いつもママが元気とは限らない！実家が遠い・いざという時頼れる人が居ない方等…筆者は先日原因不明の頭痛に悩まされ家事が手につかない時がありました。そんな時わが家は荒れ放題。家事応援に来てほしいと心底思いました。実際いざ親や友達に頼むとなると余計な気を回してしまう…がしかし、このサービスはお金で解決出来る。しかも市配布の応援券が使える！困った時、不安な時に頼れる場所は少しでも多い方が良い。もしもの時のお守り代わりに一度利用しておくのも一つの手だと感じました。

## その他の家事援助サービスのある施設

※平成28年度から始まった子育て応援券。毎年4月に対象の方に送付。平成30年度からは妊婦（妊娠7カ月）も対象となりました。妊産婦の方にお勧めな家事援助サービス。興味のある方は是非お問い合わせください。

施設名	電話番号	料金	サービス内容
ALPS ヘルパーステーション	4 4 7 - 0 6 0 5	2000 円/1 時間	掃除・洗濯・炊事・買物代行
らいふさぼーと・みみずく	4 2 6 - 3 3 2 9	2000 円/1 時間	掃除・洗濯・炊事・買物代行