



穴水町子育て応援ヘルパー事業



妊娠中・出産後のご家庭の
家事や育児をお手伝いします！

妊娠中・出産後で体調がすぐれない時期に家事と育児をすべてやるのは大変です。また、出産直後は睡眠を十分にとれず、産後うつリスクが高まるといわれています。つらい時期に、気軽にヘルパーにお手伝いをお願いしてみませんか？

対象者

穴水町に住民票がある**妊娠中**もしくは**産後1年未満**の方で、援助する家族がない等ヘルパーの利用を希望する方

利用料

1日1回2時間まで

初回は**無料**

2回目以降は **500円/回**

※利用上限：1人あたり20回まで
(多胎の場合は40回まで)

内容

平日の午前9時～午後5時で

ママと赤ちゃんがお家にいるときに、日常の家事や育児をお手伝いします。

家事

調理やお皿洗い 衣類の洗濯
お部屋やお風呂の掃除
整理整頓 日用品の買い出し など

育児

オムツ交換や沐浴のお手伝い
授乳のお手伝い(調乳や片付け)
きょうだい児の遊び相手 など

- ※ ヘルパーひとりで赤ちゃんのお世話(沐浴などの活動)はできません。
- ※ 年末年始や土曜日・日曜日・祝日は利用できません。

申し込み
お問い合わせ

利用には事前申請が必要です！お気軽にお問い合わせください。

穴水町 子育て健康課 電話：(0768) 52-3589

(受付時間：8時30分～17時15分 土・日曜、祝日、年末年始除く)

