

産前産後ヘルパーステーション

# ぷらんもあ



ご妊娠、ご出産おめでとうございます

妊娠中や出産を終えた女性の身体と心は

産前産後のホルモン変化により大変デリケートになっています

しびや助産院の産前産後ヘルパーが

あなたの心に寄り添い一生懸命お手伝いいたします

身体と心を癒しどうぞ安心してお過ごしください

## ご利用案内

### ご利用時間・条件

- ・月～土曜日：10時から18時まで ※日曜・祝祭日はご相談下さい
- ・1回2時間程度の利用 1日1回まで
- ・産前産後ヘルパーが伺える場所は、対象となる方の自宅および里帰り先のみです  
(留守宅あるいは保護者不在の赤ちゃんのみのお宅にはお伺いできません)

### ご利用料金

- ヘルパー利用料金（1時間 3240円）＋訪問料（距離によって異なります）
- \* しびや助産院でご出産された方のヘルパー利用料金は、1時間2160円です
  - \* 沐浴介助は利用料金内で行います ただし助産師による沐浴は1回4320円です
  - \* 日曜・祝祭日は休日加算1時間1080円です

### ご利用申し込み方法

1. 事前登録：しびや助産院に直接お電話にてご連絡ください
2. 利用申し込み：コーディネーターが、利用日時・利用内容をお伺いし  
ご相談にのります
3. 産前産後ヘルパー利用：予約日時に産前産後ヘルパーがお伺い致します

### ご利用可能エリア

- 遠賀郡、中間市、北九州市、宗像市、福津市など
- \* その他エリアはご相談下さい



院長助産師 澁谷貴子

### お問い合わせ・申し込み先



〒811-4125 福岡県遠賀郡岡垣町旭台3丁目11-5

TEL 093-282-3476

HP <http://www.shibuya1103.jp/index.html>

## ♥産前産後ヘルパー派遣スタッフはしづや助産院のスタッフです♥

※医療職スタッフは家事支援・育児支援などのヘルパー業務は行えますが  
医療行為は行えません

### 産前産後ヘルパーとは？

妊娠中あるいは出産後に、家事や育児の支援を受けることが難しい方のご家庭を訪問し  
家事や育児のお手伝いをする人のことです  
育児負担や育児不安の軽減を図れるようにサポートを行います

### ご利用可能なサービス

主に家事支援・育児支援がサービス内容となっております  
利用者様ご希望されるサービスの中には、提供することができないサービスもございますので、ご利用前に必ずご相談ください

家事支援	できること(例)	できないこと(例)
食事の準備及び後片付け	<ul style="list-style-type: none"> <li>簡単な調理</li> <li>配膳、片付け、テーブル拭き</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>特別な手間をかけて作る料理(お正月料理等)</li> <li>来客の応対(飲食や食事の手配)</li> </ul>
衣類の洗濯及び補修	<ul style="list-style-type: none"> <li>衣類の洗濯、干す、たたむ</li> <li>コインランドリー</li> <li>簡単な衣類の補修(ボタン付け等)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>家庭用の洗濯器で洗えない大きな物、特別な手間をかけて洗う洗濯</li> <li>大量の洗濯</li> <li>アイロンかけ(少量も不可)</li> </ul>
居室等の清掃及び整理整頓	<ul style="list-style-type: none"> <li>リビング、居間、寝室、台所、トイレ、風呂、洗面所、玄関等の簡単な掃除</li> <li>新聞、雑誌等の簡単な片付け</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>特別な手間をかけてする掃除(大掃除、床のワックスがけ、浴室のカビ取り等)</li> <li>庭の掃除(水やり、剪定、草むしり等)</li> </ul>
生活必需品の買い物	<ul style="list-style-type: none"> <li>近隣のスーパーなどで購入可能な食材、日用品の買い物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>日常生活必需品以外の買い物(出産祝い品、大型の買い物、大量の買い物等)</li> </ul>
関係機関との連絡	<ul style="list-style-type: none"> <li>宅配便の受け取り</li> <li>回覧板の受け渡し</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>金融機関での現金の出し入れ</li> <li>郵便物の投函、持ち込み</li> <li>役所・税務署等への申請等</li> </ul>
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>シーツ交換</li> <li>布団干し</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ペットの世話</li> <li>自動車の給油</li> <li>洗車</li> <li>車内掃除</li> <li>自営業等の仕事の手伝い</li> </ul>

### 対象となる方

- ・妊婦・授乳中の方で、家族等から家事や育児の支援が受けられない方
- ・妊娠や産後の体の変化に伴う不調により、家事・育児が困難であると感じる方
- ・育児疲れを感じている方で、外出ができず、自宅で休息を摂りたい方
- ・自宅分娩のご予定の方で産前産後の家事・育児サポートを希望される方
- ・里帰り先での家事・育児サポートを希望される方

その他ご相談に応じます

育児支援	できること(例)	できないこと(例)
授乳の準備・介助(医療職スタッフ)	<ul style="list-style-type: none"> <li>粉ミルクの調合</li> <li>哺乳瓶の洗浄、消毒、後片付け</li> <li>離乳食の調理・授乳の手伝い</li> </ul>	
おむつ交換	<ul style="list-style-type: none"> <li>おむつや衣類の交換</li> <li>おむつの後片付け</li> </ul>	
沐浴または沐浴介助(医療職スタッフ)	<ul style="list-style-type: none"> <li>沐浴(別途料金必要)</li> <li>着替えの準備</li> <li>おへその処置、爪切り</li> <li>ベビーバスの用意、後片付け</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>浴槽での赤ちゃんの入浴(介助は可)</li> </ul>
きょうだい児(就学前)のお世話	<ul style="list-style-type: none"> <li>居室内でのきょうだい児の遊び相手</li> <li>食事、おやつのお世話</li> <li>着替え、トイレの介助</li> <li>おむつの交換</li> <li>保護者同伴でのきょうだい児との外出(保育園の送迎、病院受診の付き添い)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>兄妹児の爪切り</li> <li>兄妹児の浴槽での入浴(介助は可)</li> <li>保護者不在時のきょうだい児のお預かり</li> <li>保護者同伴なしでのきょうだい児との外出(保育園の送迎、病院への付き添い等)</li> </ul>
育児環境の整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>ベビー布団の用意、片付け、布団干し</li> <li>室温調節</li> <li>着替え</li> </ul>	
その他必要な育児援助(医療職スタッフ)	<ul style="list-style-type: none"> <li>保護者同伴での赤ちゃんとの外出(病院受診の付き添い、健診、予防接種の付き添い)</li> <li>保護者の産後健診の付き添い</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>保護者同伴なしでの赤ちゃんとの外出(病院、健診、予防接種の受診等)</li> <li>冠婚葬祭等の付き添い</li> <li>ヘルパーが運転する車への同乗</li> </ul>