

みたかし いくじ しえん

三鷹市 育児 支援 ヘルパー

Mitaka Childcare Support Helper



みたかし こども かてい しえん

三鷹市 子ども 家庭 支援 センター りぼん

Mitaka Child and Family Support Center RIBBON

三鷹市下連雀9-11-7 三鷹市教育センター2階

TEL:0422-40-5925

受付時間：月曜日～金曜日 午前 8:30～午後 5:00



外国語のリーフレットは、ホームページ下部までスクロールしてください。

English(英語) For the English leaflet, scroll down to the bottom of the website.

中文(中国語) 请滚动至二维码网站底部查看中文传单。

한국어(韓国語) 한국어 리플릿은 이 QR 웹사이트 하단으로 스크롤하십시오.

産後身近にサポートしてくれる人がいないなど、支援を必要とするご家庭に、市の研修を受けた「育児支援ヘルパー」（有償ボランティア）を派遣し、家事や育児のお手伝いを実施します。



対象となる方

三鷹市に住所がある方で、①②いずれにも該当する方

- ① 1才未満のお子さんがいるご家庭
- ② お子さんを日中ひとりで世話している方

※その他、相談に応じます。



支援内容

- ・ 育児のサポート：授乳や食事、おむつ交換、着替え、沐浴の手伝い等
- ・ 家事のサポート：簡単な調理、片づけ、洗濯、食材または生活必需品の買い物、お子さんが過ごす部屋の掃除（お風呂・トイレ掃除等は含みません）等
- ・ 健診など外出時の付き添い



利用期間・時間数

- ・ お子さんが1歳になる前日までの期間に60時間以内



利用日・利用時間

- ・ 年末年始(12月29日～1月3日)を除く毎日（初回のご利用は平日のみ）
- ・ 原則、午前8時から午後7時まで
- ・ 1日1時間以上の利用で連続して4時間以内（2回に分けて利用可）
- ・ 1時間を超える場合は30分単位で利用できます

2025年5月改訂



利用料

	対象のお子さんのみ の場合	就学前のきょうだいも 一緒の場合
平日午前8時～午後7時	1時間 1,000 円	1時間 1,200 円
土日休日および 平日の上記時間外	1時間 1,200 円	1時間 1,500 円

- ・30分の利用料金は1時間の半額
- ・ヘルパーに交通費が発生した場合、実費でご負担いただきます。
- ・非課税・生活保護受給世帯には助成制度があります。



キャンセルについて

- ・利用日前日（利用日が月曜の場合は前週金曜）午後5時以降にキャンセルした場合、キャンセル料（1時間分の利用料）がかかります。
- ・以下の場合にご利用いただけません。
 - ・子どもの発熱（解熱後 24 時間以上経過してからご利用ください。）
 - ・利用者および同居しているご家族が感染症に罹患した場合

※悪天候等によりヘルパーを派遣できない場合もあります。その際のキャンセル料はかかりません。



手続きについて

- ①登録：電話または来所で利用登録してください。ヘルパー利用に関する説明などで10分程度お時間をいただきます。
- ②利用申込：利用希望日の5営業日前までに電話でお申し込みください。ご希望どおりにヘルパー派遣ができず、日時の調整をお願いする場合があります。あらかじめご了承ください。



育児支援ヘルパーQ&A

● 育児支援ヘルパーは、どういう方たちですか？

40代から60代の女性が中心です。看護師、保健師、助産師、保育士などの資格を有する人や、保育の援助経験がある方が、市の研修を受けて有償ボランティアである「育児支援ヘルパー」として登録しています。

● ヘルパーを利用する保護者のほかに家族が在宅ワークで家にいますが、ヘルパーをお願いできますか？

ヘルパーを利用できるのは、お子さんを日中ひとりでお世話している方です。ほかに家族がいても在宅ワークで家事育児を担うことができない場合は、ヘルパーをご利用いただけます。家事育児を担える大人（祖父母など含む）が二人以上在宅している場合は原則としてご利用いただけません。

● ヘルパーが来ている間、保護者は別室で寝ていてもいいですか？

赤ちゃんのミルクやおむつの用意など必要なことを教えていただいた後に、休息のため保護者の方が別室で寝ていただくことは構いません。

● 保護者が赤ちゃんのお世話をしている間、上の子と遊んでもらえますか？

ヘルパーは原則として赤ちゃんの世話や家事の手伝いをさせていただきますが、保護者の方が授乳などで手が離せない場合などに上のお子さんのお世話をすることは可能です。

● 5営業日前までに申し込めば、必ずヘルパーを派遣してくれますか？

5営業日前までにご連絡いただいた場合でも、ヘルパーの調整が見つからない場合もあります。利用したい時期が決まりましたら、なるべく早くご連絡ください。出産前でもお申し込みいただけます。

★育児支援ヘルパー以外の子育て支援サービス

ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。



みたかファミリー・
サポート・センター



ベビーシッター
利用支援事業
(一時預かり利用支援)