



こんなとき

地域のサポーターに
頼ってみませんか？

家事や育児って大変

妊婦さんから産後1年
以内の方に、食事や
沐浴の補助、洗濯など
のお手伝いをします。



自分の時間が欲しいな

病院や買い物などの予定や、
育児から離れてのんびり
したいときなど、
お子さんを預かります。



送り迎えができない…

ママ・パパのかわりに
学校や保育園、習い事への
送迎を行います。
その後の預かりも。



10月は
駅前テラス
開催！



国立市

文教都市
くにたち

KUNITACHI CITY

「育サポ」「ファミサポ」は、
国立市ファミリー・サポート・
センター事業、国立市育児支援
サポーター派遣事業として運営
されています。

育児でちょっと困ったとき、
誰かに頼ってもいいんです。

産前・産後のママのサポートや、
小学6年生までの子育てのお手伝いなど、
地域のサポーターが子育て家庭を応援してくれる
「ファミサポ」「育サポ」を知っていますか？
育児で「ちょっと困った」ときも、
「自分の時間が欲しいな」といったときも、
一人ひとりに寄り添いながらサポートしてくれる
身近な"誰か"を紹介します。

育サポ

対象

- 妊娠中～産後1年以内のママ(多胎児は2年以内)
- ファミサポ
- 生後2か月～小学校卒業までのお子さんの保護者

料金

1時間820円～1,000円

※所得の状況などによって助成があります。

ファミサポ・育サポ説明会
10月5日(月) 11:00-11:30

※日時が変更になる場合があります

ここすきひろばで、どんなサポートをしてもらえるかや、
利用方法について聞いてみませんか？

問い合わせ

☎ 042-505-6552



ここすきひろば

Cocosuki Hiroba