

《家事支援》

原則として、日常的に行う必要がある家事を対象としています。

	支援できる内容(例)	支援できない内容(例)
食事の準備及び後片付け	・ 日常的に調理可能な簡単な調理(作り置きは要相談) ・ 配膳，片付け，テーブル拭き ※調理によっては味や形状を確認する場合があります。	・ 特別な手間をかけて作る料理 ・ 来客の応対(飲食や食事の手配等) ・ 調味料や食材がない中での調理
衣類の洗濯及び補修	・ 家庭用洗濯機で洗える日常的な洗濯 ・ 干す，たたむ ・ アイロンをかける(2～3枚程度のシャツなど)	・ 二回以上洗濯機を回さなければならない量の洗濯 ・ 家庭用洗濯機で洗えない洗濯 ・ 特別な手間を必要とする洗濯 ・ 4枚以上もしくは特別な手間を必要とするアイロンがけ ・ 靴磨き，靴洗い
居室等の掃除及び整理整頓	・ 居間，寝室，台所，トイレ，浴室，洗面所，玄関等の簡単な掃除 ・ 新聞，雑誌などの簡単な片付け	・ 特別な手間をかけて行う掃除(大掃除，ワックスがけ，カビ取り，レンジフードや冷蔵庫の掃除，大量の窓ふき，物置の掃除，網戸の補修や掃除など) ・ 庭や畑の手入れ(水やり，剪定，草むしり，耕耘など) ・ 大がかりな衣替え ・ 除雪 ・ 引越しの手伝い
生活必需品の買物	・ 近隣のスーパー，コンビニ等で購入可能な食材，日用品の買物 ※商品代，交通費は利用者負担。移動時間も利用時間に含む。	・ 日常生活必需品以外の買物(出産祝いの返礼品，大型品，大量の買物など) ・ 灯油(運搬含む)
その他必要な家事	・ シーツ交換，布団干し，ゴミ出し ・ 郵便物及び宅配便の持ち込み(徒歩で持ち運べるもの)	・ 金融機関での現金出し入れや振り込み等 ・ 役所等公的機関への申請など ・ ペットの世話，散歩等 ・ 自動車の給油，洗車，タイヤ交換，タイヤの移動等

《母子支援》

保護者が一緒にいる場所での育児のお手伝いを対象としています。

	支援できる内容(例)	支援できない内容(例)
授乳・食事介助	・ 粉ミルクの調合，授乳の手伝い ・ 哺乳瓶の洗浄，消毒，後片付け ・ 離乳食の調理，食事の介助	・ 保護者が同じ空間にいない中で，ヘルパーが一人でお子さんの世話をすること。
おむつ交換	・ おむつや衣類の交換 ・ おむつの後片付け	・ 保護者が同じ空間にいない中で，ヘルパーが一人でお子さんの世話をすること。
沐浴介助	・ 着替えの準備 ・ ベビーバスの用意，片付け ・ 沐浴の手伝い ・ 身体を拭く，着替えの手伝い	・ 保護者が同じ空間にいない中で，ヘルパーが一人でお子さんの世話をすること。 ・ おへその消毒 ・ 耳掃除 ・ 爪切り
適切な育児環境の整備	・ ベビー布団の用意，片付け，布団干し ・ 室温調整，着替え	・ 衣替えの手伝い
上のお子さんの世話	・ 上のお子さんの食事やおやつの用意，着替え，トイレ介助 ・ 遊び相手(保護者同伴時) ・ 保育園や幼稚園への送迎(保護者同伴時)	・ 保護者が同じ空間にいない中で，ヘルパーが一人でお子さんの世話をすること。 ・ 保護者が同伴しないお子さんとの外出
その他必要な育児	・ 健診，通院などの付き添い(保護者同伴時のみ) ※自宅から付き添う場合は，徒歩又は公共交通機関の利用に限る。なお，ヘルパーとの現地待ち合わせは可能。 ※ヘルパーが公共交通機関を利用した際に要した費用は利用者負担。	・ ヘルパーと保護者が同じ空間にいない中で，ヘルパーが一人でお子さんの世話をすること。 ・ 保護者同伴なしでの赤ちゃんとの外出，預かり ・ 保護者の医療機関受診の付き添い ・ 冠婚葬祭等の付き添い ・ ヘルパーが運転する車への同乗 ・ 自家用車にヘルパーを同乗させての移動

《母支援》

育児やその他不安感などについて，相談を受けたり話し相手になります。

・ 妊娠中及び出産後，育児等の不安や悩み(育て方，離乳食等)に関する相談を聞く。 ・ 話し相手 ※ 必ず悩みが解決するとは限りません。ですが，お話を伺い，必要があれば関係機関に繋ぐなど，一緒に悩みが解決する方法をお探しします。
