



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
をお手伝いをします。



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から、
12歳までのお子さんの子育てのお手伝いまで、
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。

対象

- 妊娠中～産後1年以内のママ
- 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。

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。



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？

ファミサポ・育サポ 説明会
8月25日 月 13:30-14:00

※日時が変更になる場合があります

予約
不要

簡単な
手続きで
登録完了



国立市

KUNITACHI CITY

文教都市
くにたち

「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。

問い合わせ

☎ 042-505-6552



ココすきひろば
Cocosuki Hiroba