

家事・育児サポート

出産前後の家事、育児は本当に大変。お母さんひとりで頑張ろうとしたら、くたくたになってしまいます。からだを休めるためにも、いろいろな支援の手を利用してみてくださいね。

※ほかにも保護者やお子さんの立場、状況にあわせた市の制度などがあります。詳しくは「かわさき子育てガイドブック」をご覧ください。

川崎市産前・産後家庭支援ヘルパー派遣事業

●派遣対象者

市内に居住する産前から産後6か月(例：1月1日をご出産のかたは7月1日)を迎える日まで(多胎児の妊産婦については産後1年を迎える日まで)の妊産婦で、からだを休めたいときや体調不良などがあるかたで、昼間ほかに育児や家事をおこなう人がいないかた

●サービス内容

◎育児に関するもの	◎家事に関するもの
○授乳、おむつ交換、沐浴介助 ○適切な育児環境の整備 ○保育園などへの送迎 ※ ○そのほか必要な育児援助	○食事の準備および後片付け・衣類の洗濯、補修 ○居室などの清掃、整理整頓 ○生活必需品の買物・関係機関との連絡 ○そのほか必要な家事援助

※保育園などへの送迎は派遣対象となる子どもの兄、姉に限る

●利用の期間、時間、回数

- 産前から産後6か月(多胎児の妊産婦については産後1年)以内
- 8時～19時
- 1回2時間以内、1日2回まで
- 延べ20回まで
(多胎の場合は延べ60回まで)

●利用申込み(申請)方法

次の認定事業者一覧の中から、希望する認定事業者を選び、原則ヘルパー派遣利用開始希望日の7日前までに、直接、認定事業者にお申し込みください。

なお、利用申込み(申請)書は、市のホームページから出力して使用するか、各認定事業者で配布しているものをご利用ください。

詳しくは市ホームページをご覧ください。

「川崎市 産前・産後家庭支援ヘルパー」で検索



問い合わせ●こども未来局 母子保健担当 ☎ 044-200-2450

●認定事業者一覧

特定非営利活動法人 多摩家事介護ワーカーズ・コレクティブ くるみ ☎ 044-934-3633 FAX 044-934-3628 1回1,650円	特定非営利活動法人 ままとんぎっず ☎ 044-945-8662 FAX 044-944-3009 1回1,860円
株式会社 mai・chai・mai (マイ・チャイ・マイ) ☎ 044-431-3296 FAX 044-431-3297 1回2,050円 E-mail : info@mai-chai-mai.com	ドゥーラ協会認定 ドゥーラかわさき 申込みはホームページから のみとなります。 1回2,050円

湘南コンシェル ☎ 0800-888-3270 1回2,050円 	特定非営利活動法人 みらいっ子 ☎ 044-982-5655 1回2,050円
株式会社 ベアーズ ☎ 0120-552-445 ホームページからの申込みも可能です 1回2,050円 ※育児支援は1歳以上のお子さんが対象です 	育児ねっと 申込みはホームページから のみとなります 1回2,050円 

*生活保護受給中または市民税非課税の世帯は、利用料が免除(無料)となります。
申請の際に、被保護証明書または世帯全体の非課税証明書が必要です。

産後ケア(川崎市妊娠・出産包括支援事業)

出産後、自宅に帰っても手伝ってくれる人がいなくて不安、授乳がうまくいかない、赤ちゃんのお世話の仕方や生活リズムがわからない、お産と育児の疲れから体調がよくないなど、出産後、育児などの支援が必要なかたを対象に、産後のケアをおこないます。宿泊型、日帰り(ロング型・ショート型)、訪問型があります。

利用できるかた ● 宿泊型、日帰り型：生後4か月未満の母子

訪問型：生後1歳未満の母子

※36週6日までに出産したかたは修正月齢

※治療中、医療行為の必要なかたはご相談ください

申 込 み ● e-kawasaki からの電子申請になります。

実 施 施 設 ● 医療機関、川崎市助産師会協力助産所、訪問看護ステーションなど
詳しくは川崎市ホームページ「産後ケアのご案内」をご覧ください。

問い合わせ ● こども未来局 母子保健担当 ☎ 044-200-2450



地域情報 そのほかの家事・育児サポート事業所

特定非営利活動法人 多摩家事介護ワーカーズ・コレクティブ くるみ	☎ 044-934-3633 FAX 044-934-3628 ●入会金・年会費あり ●1時間 1,600円～ (時間外、休日別途、場所によっては交通費の負担あり) ●https://w-kurumi.sakura.ne.jp/
コンビスマイル (株)	☎ 0120-67-3177 FAX 03-6860-1177 ●入会金、年会費あり ◎ベビー&キッズシッター(0歳～小学生) 1時間 2,860円～(税込) (保育園・幼稚園・学校などの送迎含む) ◎病児サポート(0歳～小学生) 1時間 3,300円～(税込) ●https://combismile.co.jp/

「ベビー&キッズシッター」のほか、病児・病後児保育、産前産後サポート、家事サポート、イベント時の保育もおこなっています。

家事・育児サポート

地域情報 お弁当の宅配

特定非営利活動法人
多摩食事サービスW.Co
かりん

☎ 044-900-2286 FAX 044-900-3386

1食 980 円(各種お弁当あり。要問い合わせ)
夕食のみ、月～金曜(一部土曜あり)

食事づくりの困難なかたのためにお弁当を配達します。安心・安全な生活クラブの食材を使用した野菜たっぷりのヘルシーメニュー。

地域情報 食材の宅配

食材の宅配はネットで調べるとほかにもたくさんあります。なかなか買物に出かけられなかったり、毎日の食事づくりに新しいヒントを得たかったりしたときなどに、お気軽に利用してみたいはいかがでしょうか。

●野菜、肉、魚、加工品、ミールキットなどの宅配

おうちCO-OP (ユーコープ)	☎ 0120-123-581	https://www.ouchi.coop/
パルシステム神奈川	☎ 0120-581-393	https://www.palsystem-kanagawa.coop/
生活クラブ生活協同組合・神奈川	☎ 0120-371-902	https://kanagawa.seikatsuclub.coop/
大地を守る会	☎ 0120-158-183	https://takuhai.daichi-m.co.jp/
らでいっしゅぼーや	☎ 0120-831-375	https://www.radishbo-ya.co.jp/
Oisix	☎ 0120-366-016	https://www.oisix.com/
SL Creations	☎ 0120-010-018	https://sl-creations.co.jp/

●食材、調理済み食品(冷凍・チルド)などの宅配

ヨシケイ北横浜	☎ 080-080-01417	https://yoshikei-kyo.jp/
---------	-----------------	---

コラム

みんなの居場所になった「子ども食堂」

手づくりの温かい食事を無料または少額で提供し、食事に困っている子やひとりで食事をとっている子を支援する場として始められた「子ども食堂」。いまは仕事や子育てに奮闘するお父さんやお母さん、地域に暮らす高齢者までだれもが訪れ、みんなで食事をとりながら交流を楽しむ場とする「子ども食堂」が増えています。



一時保育・一時預かり

●保育園での一時保育

保護者の週3日以内の就労・就業の場合や、通院や入院、リフレッシュ(買物・映画など)をする場合に、お子さんを一時的に保育します。保育園への事前登録(申請・面談など)が必要です。詳細については園に直接お問い合わせください。

利用料は、1歳未満児1日2,900円、3歳未満児1日2,500円、3歳以上児1日1,500円。
(利用料には減免制度があります。昼食代など別途料金がかかるものがあります)

ひばり保育園	星の子愛児園
●多摩区宿河原6-46-6 ☎ 044-811-1255 ●月～金曜 8時30分～17時 ●保育所に通っていない概ね1歳～就学前の子ども	●多摩区菅稲田堤1-17-25 ☎ 044-944-1515 ●月～金曜 8時30分～17時 ●保育所に通っていない生後4か月～就学前の子ども
KFJ多摩 なのはな保育園	登戸ピノキオ保育園
●多摩区登戸2249-1 ☎ 044-930-1261 ●月～金曜 8時30分～17時 ●保育所に通っていない離乳食完了後～就学前の子ども	●多摩区生田2-20-23 ☎ 044-819-5581 ●月～金曜 8時30分～17時 ●保育所に通っていない生後5か月～就学前の子ども
西しゅくマーノ保育園	中野島フレンズ保育園
●多摩区宿河原2-19-6 ☎ 044-933-1152 ●月～金曜 8時30分～17時 ●保育所に通っていない離乳食完了後～就学前の子ども	●多摩区布田18-25 ☎ 044-944-9288 ●月～土曜 8時30分～17時 ●保育所に通っていない離乳食完了後～就学前の子ども
保育園アリス宿河原	三田かしのみ保育園
●多摩区宿河原3-13-9 ☎ 044-455-5211 ●月～金曜 8時30分～17時 ●保育所に通っていない生後5か月～就学前の子ども	●多摩区三田1-18-3 ☎ 044-932-2111 ●月～金曜 8時30分～17時 ●保育所に通っていない1歳(歩行可)かつ離乳食完了後～就学前の子ども
菅の子愛児園	そらまめ保育園(本園)
●多摩区菅稲田堤1-3-16 ☎ 044-945-2333 ●月～金曜 8時30分～17時 ●保育所に通っていない生後5か月～就学前の子ども	●多摩区宿河原1-1-32 ☎ 044-299-8760 ●月～金曜 8時30分～17時 ●保育所に通っていない生後5か月～就学前の子ども

●施設での一時預かり

至誠館さくら乳児院(デイスティ・ショートステイ)

保護者の病気(感染症を除く)・育児疲れ・育児不安などのときに、お子さんを一定期間預かってもらえます。

原則として1日～6泊7日以内。事前に来所での説明・ご登録が必要となります。(お子さんの生活の様子聞き取り、申込み書類の記入のため)

- 多摩区菅稲田堤1-10-5 ☎ 044-944-3986
- 月～金曜 9時～17時(受付申込み時間)
- 1日あたり4,300円
(家庭状況や子どもの年齢により利用料金が異なります)
- 市内在住の0歳と1歳児の子ども

はくさん児童家庭支援センター

デイスティ(日中利用)・ショートステイ(宿泊)合わせて月7日以内。事前にお子さん同伴の登録面接が必要になります。

- 麻生区白山1-1-5 ☎ 044-712-4073
- 月～金曜 9時～18時(受付申込み時間)
- 1日あたり2,350円(家庭状況により減免あり)
- 市内在住の2歳から小学6年生までの子ども

一時保育・一時預かり

●施設での一時預かり つづき

地域情報 特定非営利活動法人ままとんきっず

保育資格をもったスタッフにお子さんを預かってもらえます。初回は利用日の1週間前までに電話でお申し込みください。

印かん、お子さんの健康保険証、身分証明書を持参。会員制。おためし一時預かり(1時間のみ)1,500円で体験できます。

※詳しくはホームページをご覧ください。

- 多摩区布田24-26 ☎ 044-945-8662
- 水・金曜 10時～15時、月・火・木曜 13時～15時
(土・日曜・祝日、ままとん休業日はお休み)
年会費3,000円、最初の1時間は1,300円、以降30分ごとに700円
- 原則として4か月から2歳までの子ども
(兄弟姉妹関係は要相談)

地域情報 福祉クラブ生協 子育て支援W.Coキャッチ

キャッチ保育室にて1時間から一時預かり保育をしてもらえます。土・日曜・祝日の保育は要相談。不在やお急ぎの場合は留守番電話にメッセージを残すか、メールをお送りください。

- 多摩区中野島4-19-23
バードタウン3番館202
☎ 044-900-1697
- catch-tama2009@fukushi-club.net

●こども誰でも通園制度

令和6年6月24日～令和7年3月31日の期間において、保護者の就労の有無などのライフスタイルに関わらず、保育所などを誰でも一定時間まで利用できる「こども誰でも通園制度」の試行的事業を実施しています。



●預け先家庭内での一時預かり

川崎市 ふれあい子育てサポートセンター・SORA(そら)

育児の援助をおこないたい人(子育てヘルパー会員)と、育児の援助を受けたい人(利用会員)が、それぞれふれあい子育てサポートセンターに会員登録し、会員相互により育児援助活動をおこなう事業です。ヘルパー会員宅、地域子育て支援センターなどでのお子さんの一時預かり、保育園や習い事などへの送迎で利用できます。

※ひとり親家庭などの減免制度があります。

(対象:児童扶養手当受給世帯、生活保護受給世帯、住民税非課税世帯)

- 生後4か月から小学6年生までの子どもと同居しているかた
- 月～金曜 8時～18時 1時間800円
上記以外の時間帯、土・日曜・祝日、年末年始(12/29～1/3) 1時間900円
- ふれあい子育てサポートセンター SORA(そら)
☎ 044-455-6600
月～金曜 9時～17時

地域情報 エスク

(預ける会員)が(預かる会員)の家庭にお子さんを預けに行く保育形態。預ける会員の自宅での出張保育も可。障がいのあるお子さんや病気のお子さんにも対応。お泊まり保育、月極保育も。心を育てる丁寧な育児をしてもらえます。会員制。

- ☎ 03-3723-1122 <https://www.eos-f.net/>
- 年中無休
- 入会金10,000円(税込) 年会費30,000円(税込) 1時間1,650円(税込)～
- 新生児～年齢制限なし

地域情報 ●自宅での一時預かり

公益社団法人 全国保育サービス協会

協会に加盟しているベビーシッター会社を紹介してもらえます。詳しくは各ベビーシッター会社に直接お問い合わせください。

☎ 03-5363-7455

<https://www.acsa.jp>

出張保育サービス ぱんだぱんだ

川崎市内を中心に保育士が出張保育サービスをおこなっています。自宅・外出先・イベント会場など、保育場所を指定できます。

☎ 080-6800-3857

<https://pandapanda-hoiku.sakura.ne.jp/>

公益財団法人 川崎市シルバー人材センター北部事務所

保育園・幼稚園などの送迎、留守中の見守り、保護者の出産・病気のときの見守りなどをお近くの会員がおこなっています。対象は3歳から小学6年生まで。詳しくはご相談ください。

- 麻生区上麻生4-56-8
☎ 044-980-0131
<http://www.kawasaki-sc.or.jp>



子育ての悩み相談

ここで紹介するのは、電話または対面の相談窓口です。育児に悩みや疑問はつきもの。解決への糸口は、いろいろなドアを叩くことできっと見つかります。

赤ちゃん訪問

川崎市では、赤ちゃんが生まれたすべてのご家庭を訪問しています。

●こんにちは赤ちゃん訪問

市長から委嘱を受けた地域のかたが身近な子育て支援情報をもって訪問します。ご近所の情報を聞いてみましょう。

●新生児訪問

助産師・保健師・看護師が訪問して、赤ちゃんの体重測定をおこない、育児についての相談を受けます。赤ちゃんとの生活の不安や赤ちゃんのからだ、お母さん自身のからだのことなど、気軽にご相談ください。

費用は無料です。訪問の種類は出生連絡票を提出する際に選択してください。

問い合わせ●多摩区役所 地域支援課 ☎ 044-935-3264

提出方法などについて、詳しくは川崎市ホームページをご確認ください。

<https://www.city.kawasaki.jp/tama/page/0000116854.html>



多摩区役所地域みまもり支援センター(福祉事務所・保健所支所)の 子どもの相談

●小児特別相談

小児科医に相談できます。

●アレルギー相談

アレルギーの専門医に相談できます。

●幼児相談

心理相談員にことばの発達や子育てについて相談できます。

●お母さんの健康相談・育児相談

看護職・栄養士・歯科衛生士・理学療法士に授乳や子育ての悩み、家族計画、こころとからだに関する悩みなどについて相談できます。(母乳マッサージはありません)

お母さんの健康相談・育児相談については、ホームページをご確認ください。

<https://www.city.kawasaki.jp/tama/page/0000118476.html>



●電話相談

お子さんに関するどんな相談でも、区役所開庁日の時間内ならいつでも可能です。ひとりで悩まず、まずお電話してみてください。

相談・問い合わせ●多摩区役所 地域支援課 ☎ 044-935-3264

子育て全般についての相談

川崎市北部児童相談所	☎ 044-931-4300	月～金曜 8時30分～17時
かわさきさくら児童家庭支援センター	☎ 044-944-3981	月～金曜 9時～17時
はくさん児童家庭支援センター	☎ 044-712-4073	月～金曜 9時～18時
地域子育て支援センター・宙(そら)	☎ 044-944-8866	月～金曜 9時～11時30分 13時30分～16時
地域子育て支援センター・西しゅくマーノ	☎ 044-933-4152	月～金曜 9時30分～12時 14時～16時30分

子育ての悩み相談

虐待についての相談

川崎市児童虐待防止センター	☎ 0120-874-124	年中無休	24時間
川崎市北部児童相談所	☎ 044-931-4300	月～金曜	8時30分～17時
児童相談所虐待対応ダイヤル	☎ 189(いちはやく)	年中無休	24時間
チャイルドライン	☎ 0120-99-7777	年中無休	16時～21時
かわさきチャイルドライン	☎ 0120-874-262	水曜 (祝日を除く)	16時～21時
川崎市人権オンブズパーソン 子どもの権利の侵害	☎ 044-813-3110 (大人用) ☎ 0120-813-887 (子ども専用)	月・水・金曜 13時～19時 土曜 9時～15時 (祝日、年末年始を除く)	
かながわ 子ども家庭110番相談LINE	 ID 「@kana_kodomo110」 でも検索できます。	月～土曜 9時～21時 (年末年始を除く)	

発達に関する相談

【川崎市子ども発達・相談センター きっずサポート たま】

☎ 044-299-6818 FAX 044-299-6819

●月～金曜（祝日を除く） 8時30分～17時

お子さんの発達全般について相談員がお話をうかがい、必要な福祉サービスや対応方法を考えます。

【川崎市北部地域療育センター】

☎ 044-988-3144 FAX 044-986-2082

●月～金曜 第1・3土曜（祝日を除く）
8時30分～17時

発達全般の相談。地区担当ソーシャルワーカーの受付相談（要予約）と、専門職による支援。

【川崎西部地域療育センター】

☎ 044-865-2905 FAX 044-865-2955

●月～金曜（祝日を除く）
8時30分～17時

【川崎市発達相談支援センター】

☎ 044-246-0939

FAX 044-200-0206

●月～金曜 9時～17時（要予約）

小学生以上が対象。発達障がいに関する心配、家庭生活や社会生活に関する相談。相談スタッフはソーシャルワーカー、臨床心理士、医師など。

※ほかにも相談窓口や支援があります。詳しくは「かわさき子育てガイドブック」の“障害のある子どものために”または「川崎市 こども・子育て」をご覧ください。

<https://www.city.kawasaki.jp/kodomo/>

地域情報 難病に関する相談

認定 NPO 法人 難病のこども支援全国ネットワーク

【ネットワーク電話相談室】

☎ 03-5840-5973

●月～金曜（祝日を除く） 11時～15時

病気・教育・福祉の相談。親の会の情報提供や同病の友だち探し。

毎月第4金曜 14時～17時は遺伝（先天異常）特別相談を専門医が受付（日時が変更になる場合があります）。

<https://www.nanbyonet.or.jp>



地域情報 心理相談

【専修大学 心理教育相談室】

☎ 044-900-7832（予約制）※申込みの際はホームページの内容を確認してから電話してください

●多摩区東三田 2-1-1 11号館 1F

●受付 月～土曜（祝日、大学の休日を除く）
10時～17時

子どもから大人までのさまざまな相談。カウンセリング、プレイセラピー、高次脳機能障がい相談、うつの集団認知行動療法もあり。有料（初回3,000円、高校生以上2,000円、中学生以下1,000円）。

<https://www.senshu-u.ac.jp/education/graduate/shinrikyouiku/>

女性の悩み相談

夫婦のあり方や生き方、妊娠、育児など、お母さん自身についての相談窓口です。

ハロー・ウイメンズ

ハロー・ウイメンズ110番

ハロー・ウイメンズ面接相談(要予約)

女性弁護士による法律相談面接(要予約)

☎ 044-811-8600

月～木曜 10時～15時
金曜 15時～20時
日曜 12時～17時

神奈川県立かながわ男女共同参画センター(かなテラス)

(県配偶者暴力相談支援センター 女性のためのDV相談窓口)

女性相談員による相談(電話)

☎ 0466-26-5550

月～金曜 9時～21時、
土・日曜 9時～17時(祝日、年末年始を除く)

法務局における女性の人権についての相談窓口

女性の人権ホットライン(横浜地方法務局)

☎ 0570-070-810

月～金曜 8時30分～17時15分
(家庭内暴力、セクハラなどに関する悩みの電話相談)

人権擁護委員による電話相談

月～金曜 9時～17時

川崎市人権オンブズパーソン

男女平等に関わる人権侵害

☎ 044-813-3111

月・水・金曜 13時～19時
土曜 9時～15時
(祝日、年末年始を除く)

川崎市DV相談支援センター

☎ 044-200-0845

月～金曜 9時30分～16時30分
(祝日、年末年始を除く)

地域情報

特定非営利活動法人 かながわ女のスペース みずら

みずら相談室

<http://www.mizura.jp/>

☎ 045-534-9551

月～金曜 14時～17時、18時～20時
土曜 14時～17時(日曜・祝日はお休み)

妊娠・出産・産後についての相談

川崎市不妊・不育専門相談センター
(公益社団法人 川崎市看護協会)

☎ 044-711-3995
(予約受付 月～金曜
9時30分～17時 祝日は除く)

月1回(土曜) 9時30分～11時30分
(専門医や不妊症看護認定看護師による
面接相談)

神奈川県不妊・不育専門相談センター

[http://www.pref.kanagawa.jp/
docs/cz6/cnt/f851/](http://www.pref.kanagawa.jp/docs/cz6/cnt/f851/)

☎ 045-212-1052
(相談日のみ対応。
相談日は神奈川県HPにて確認)
☎ 045-210-4786
(予約受付/神奈川県健康増進課)

月2回程度 9時～11時30分
(助産師による電話相談・予約不要)
月2回程度 14時～16時
(婦人科医ほかによる対面・オンライン)

ハローベビーかながわ

☎ 045-502-3932

月～土曜 10時～16時
(助産師による1人最長30分までの電話相談)

川崎市助産師会 産後ケア事業部
母子保健コーディネーター

☎ 044-819-4635

月～金曜 10時～16時
(授乳や育児、母親の体調管理に関する
悩みの電話相談)

川崎市妊娠・出産SOS電話相談

<https://kawasaki-josanshi.com>

☎ 044-750-0110

月・水・金曜 14時～17時
思いがけない妊娠や出産について
の電話相談。メール相談も可。

妊娠SOSかながわ

☎ 045-212-1051
LINE相談
<https://page.line.me/791gsyak>

月・水・金曜 電話相談
毎日 LINE相談
いずれも16時～21時(年末年始を除く)

※母乳相談は14ページ参照