



戸田市産前産後支援ヘルプサービス

# どうだった？



**利用登録完了！早速利用してみたいけど、どんな感じかな…？  
実際に利用されたママたちの声を集めました♪**

まともに寝られない頃、「赤ちゃんをみておくので、別の部屋でお休みになってください」と言って頂いて嬉しかった。安心して寝られて、だいぶスッキリした。

二人目妊娠中に自宅安静になった時、お風呂掃除、洗濯、上の子の外遊びをお願いしました。夫も仕事が忙しく、両親も遠方なのでヘルパーさんがいて救われました。

平日は赤ちゃん和二人きりなので、ヘルパーさんと話せるだけで気分転換になりました！

気軽に利用できる金額なのがとても助かりました。子どもをみて頂く間に休めたので、日頃の疲れが少し楽になり「また明日もがんばろう！」という気持ちになれました。



## ✎ ヘルパーの1日（13：00～17：00の例）

13：00

利用者宅に到着、本日の内容確認

13：00～14：30

ママ休息中、赤ちゃんのお世話(おむつ交換、見守り)

14：30～16：30

お風呂、トイレの掃除、洗濯物たたみ、食器洗い

16：30～17：00

上の子の保育園お迎え

⇒「利用確認書」にご署名いただき、サービス終了

※お支払いは翌月に1ヶ月分まとめてお振込みとなります。

**まずはお気軽に  
お電話ください♪**

