

産前産後の方向け

いきいきサポート ご案内



社会福祉法人
文京区社会福祉協議会

令和8年3月発行

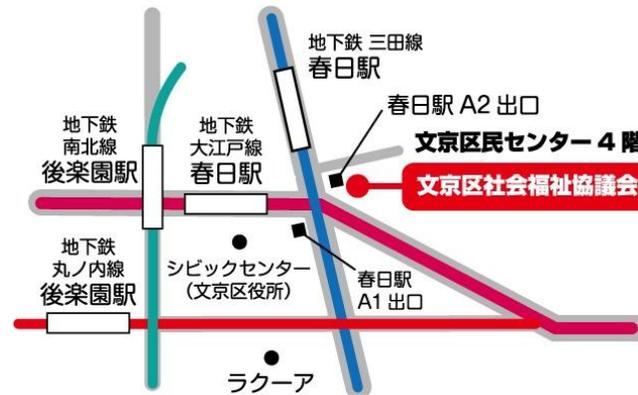
お問合せ

社会福祉法人 文京区社会福祉協議会
いきいきサポート

☎ 03-5800-2941
FAX 03-5800-2966

ikiiki@bunsyakyo.or.jp

開所時間 午前8時30分～午後5時15分
(土曜・日曜、祝日、年末年始は休み)



〒113-0033

文京区本郷4-15-14
文京区民センター4階

サポート内容

掃除、洗濯、調理、買物

- ・掃除は日常的な内容に限ります。
- ・利用会員ご本人とお子さんの分の家事を行います。

沐浴の準備・片付け

- ・着替えの準備やベビーバスを洗うなどのお手伝いを行います。

※沐浴、おむつ交換、送迎など、
お子さんのお世話は対応できません。



利用頻度・時間

週2回、1日2時間まで

※利用期間は中面参照

謝礼金 ※令和8年4月改定

1,000円/1時間

いきいきサポートとは？

文京区社会福祉協議会が実施する、ご近所での助け合い事業です。

「サポートをする方(協力会員)」と、「サポートを受けたい方(利用会員)」をつなぐ仕組みです。

「お互いさま」の関係を気持ちよく続けていただくため、利用会員の皆さまにご理解・ご協力をお願いしていることがあります。

例えば…

協力会員の都合で曜日や時間帯の変更、急なキャンセルもあります。



協力会員

来週は母の通院でお休みします

大丈夫ですよ



利用会員

道具や進め方など、協力会員のやりやすい方法に合わせていただくことがあります。



利用会員

協力会員さんの言っていた柄の長いモップを用意しました！

謝礼金はおつりのないようご準備いただき、お礼の気持ちを伝えてお渡してください。

今日はありがとうございました！
本日分のお謝礼です！



利用会員

こんなときはご相談ください

以下に該当する、妊娠中または3歳未満の乳幼児がいる方が対象です。

産前

出産予定日の6週間前から
(多胎妊娠の場合は14週間前)



※医師の安静指示がある場合は上記以前も可

産後

出産した病院の退院日から3か月まで
(多胎出産の場合は6か月)



ケガ等の体調不良時

利用開始から3か月まで

※長期療養が必要な場合は利用できません。



職場復帰の時

育児休業明けから1か月まで



なにかから手をつけよう...



※体調の回復や他の利用会員の待機状況により、利用頻度や利用期間を調整させていただく場合があります。

サポート実施までの流れ

1 社会福祉協議会へ相談

まずはお電話ください。
訪問調査の日程を決めます。

2 訪問調査&申込み

社協職員が事業説明後、生活状況やサポート内容の聞き取りをしてから、申込みとなります。

〈申込みに必要なもの〉

- ・緊急連絡先
- ・医師の安静指示が確認できるもの(妊娠・ケガ等で体調不良の方)

3 協力会員の決定

聞き取り内容をもとに協力会員を探します。

- ・ご紹介までに3週間程度かかります。
- ・協力会員の登録状況によりご紹介できない場合があります。

4 面談&初回サポート

初回サポートの際は相談員も同行し、面談(会員同士の紹介、サポート内容と留意点の確認)を実施します。