横浜市産前産後支援　＊　作業内容

この度は、横浜市産前産後支援制度にオフィスポケットをご検討いただき、ありがとうございます。
作業の流れは、開始前にご希望の内容をお聞きし、担当シッターと打ち合わせの上、仕事に取りかかります。
ご理解のほど、どうぞよろしくお願いいたします。
作業時間は下記の目安を参考にしてください。

・はじめの５分（本日の打ち合わせ、作業予定確認書・利用確認書の記入）
↓　（正味 110 分の作業時間になります♪）
・終わりの５分（お片付け、連絡事項等、退出）

◆支援の内容は以下よりお選びください。*作業時間はあくまでも目安になります。内容によって多少異なります。

【育児援助】

①　赤ちゃんの見守り全般	睡眠不足を補いたい場合などご利用ください。
②　沐浴のお手伝い　（約 30 分）	沐浴はご利用者様主体です。その準備やお片付け、補助、着替えなどのお手伝いとなります。
③　赤ちゃんのお世話	オムツ替え、ミルク授乳、抱っこなど。
（兄弟姉妹のお世話）	赤ちゃんが生まれて複雑な気持ちのご兄弟姉妹の遊び相手もいたします。また、ご利用者様がご兄弟姉妹のお相手をする間に、赤ちゃんのお世話をさせていただきます。
その他（　　）	

【家事援助】

①　夕食作り（約 60 分）	お手持ちの食材で 1 日 1 家族分のご用意となります。＜例＞ハンバーグ、煮物、サラダ、味噌汁など
②　昼食作り（約 30 分）	＜例＞　焼きそば、チャーハン、パスタなど
③　流しの洗い物　（15～20 分）	
④　洗濯（干す or たたむ）（1 つ約 20 分）	洗濯機を回している間に他の作業もします。
⑤　掃除（浴槽洗い）　（約 15 分）	毎日の軽易なお掃除になります。
⑥　掃除（洗面所）　（約 15 分）	〃
⑦　掃除（トイレ）　（約 15 分）	〃
⑧　掃除（掃除機）　（20～30 分）	部屋数などによって所要時間が変わります。
⑨　掃除（クイックル）（15～20 分）	〃
その他（　　）	

【その他】

①　買い物	伺う前にお買い物をすることも可能です。（その時間から２時間のスタートとなります。）
②　病院や送迎の同行	事前にご相談ください。
その他（　　）	

●お母様をはじめ、ご利用者様と赤ちゃんの支援となりますので、**「利用者様がご在宅」が前提です**。家事をする場合は、ご利用者様が赤ちゃんを見守っている時間に限ります。もし、おやすみになりたい場合（睡眠）には、赤ちゃんの見守り（沐浴以外の育児援助）のみとなります。　**※　詳しい作業内容につきましては横浜市の HP「横浜市産前産後支援ヘルパー派遣事業利用規定」の「８　支援内容の例」をご参照ください。**

オフィスポケット株式会社　045-982-7715