

練馬区育児支援ヘルパー事業 利用のしおり



●お問い合わせ●

在宅育児支援担当課
子育て事業係
☎03-3993-1052

令和8年4月1日現在

派遣について

1 育児支援ヘルパーを利用できる日時

月～土曜 午前9時～午後6時

- ※祝休日、年末年始は利用できません。
- ※土曜日は、一部の事業者のみ利用可能です。
- ※一部事業者は午後5時までの利用となります。

2 利用できる時間および利用料金

利用上限時間 96時間（お子さんが2歳になる月の末日まで）

利用料金 1,000円（税込）／時間

- ※住民税非課税世帯および生活保護世帯の方は利用料金が無料になります。世帯の状況が変わった場合はお知らせください。
- ※つぎに該当する方は利用上限時間の延長等が適用されます。

対 象	利用上限時間	利用料金(税込)
・低体重児を出産された方 ・10代で出産された方 ・切迫早産・切迫流産の診断を受けた方	104時間	500円／時間
・多胎妊産婦の方	120時間	300円／時間

3 ご利用上の注意

- (1)1時間未満の利用は1時間分として計算されます。1時間を超える場合、30分以下は0.5時間、30分を超える場合は1時間として計算されます。
- (2)妊娠期は妊婦さんがいる自宅(区内)で利用できます。
- (3)産後はお子さんがいる自宅(区内)で利用できます。(対象のお子さんが保育施設等に通われていて、**自宅に不在の時間帯は利用できません。**)
- (4)保護者の方や同居するご家族が感染症にり患している場合など、ヘルパーに感染の恐れがある場合は利用できません。
- (5)利用上限時間を越えた依頼はできません。利用上限時間を越えて利用された時間数は、事業者が設定している料金を利用者負担でお支払いが必要です。残時間を確認のうえ事業者に依頼してください。

派遣できる内容と要する時間の目安



3～4人家族で2～3DKのお住まいの場合の例

1 日常的な食事の支度

1回分の調理
60分程度



2 日常的な衣類の洗濯

60分程度



3 日常的な居室の掃除等

居室のみ・30分程度
全体・60分程度



4 日常的な食材、生活必需品等の買い物

購入店舗、購入品目
による



5 お子さんの沐浴補助

保護者が行う沐浴の
準備、片付け、
手伝い・30分程度



6 お子さんの兄、姉の世話

依頼内容による
30分～60分程度
※保護者が見守るところで



7 乳幼児健診等の付添い

保護者の方の付添い
ヘルパーの交通費は
利用者負担



8 授乳・おむつ交換

ミルクを飲ませる
おむつを替える
※保護者が見守るところで
※一部の事業者のみ実施(7,8ページ参照)



※家事支援については、「**日常的な範囲**」に限ります。

日常的な範囲以外の利用(大掃除・換気扇の掃除・窓拭き、ペットの世話など)はできません。

※派遣内容は組み合わせが可能です。詳しくは事業者にご確認ください。

※「買い物」と「付添い」以外は、**お子さんが暮らす家での支援です。**

※乳幼児健診等の付添いも可能ですが、ヘルパーの交通費が発生する場合がありますので、あらかじめ事業者にご確認ください。

育児支援ヘルパーのご利用方法

1 事業者へ依頼

電話は、平日(月～金曜)午前9時～午後5時の間にお願いします。

- ・ 7、8ページの事業者一覧から住所に対応した事業者を選び、直接電話等で依頼をしてください。依頼の際、事業者には「練馬区育児支援ヘルパーを使いたい」とお伝えください。
- ・ 予約状況によっては希望する日時で利用できない場合があります。利用希望日が決まったら、お早めに依頼してください。

2 コーディネートの実施

- ・ 事業者が派遣内容(日時・内容)のコーディネートを行い、派遣計画書を作成します。コーディネートの実施方法は、事業者により異なります。**6ページに貼り付けた利用承認通知書と母子健康手帳**を提示してください。
- ・ 利用料金の支払い方法を確認してください。事業者によって「ヘルパーに直接支払う」、「座振込みで支払う」等、支払い方法が異なります。

3 ヘルパー派遣

ヘルパーが計画したとおりの日時、内容で訪問します。

※変更がある場合は必ず事業者にご連絡をしてください。

4 料金の支払い

利用承認通知書に記載された利用料金を事業者にお支払いください。支払い方法はコーディネートの際に確認した方法です。

5 キャンセルの方法

利用を取り消すときは、利用予定日の前日（前日が土曜・日曜、祝日、年末年始の場合は、その日以前の平日）の午後5時までに事業者へ直接電話連絡してください。

キャンセル料金が発生する場合

- (1) 利用予定日の前日の午後5時を過ぎて事業者にご連絡をした場合は、利用料金の1時間分を事業者にお支払いください。利用上限時間の残時間から、1時間分が差し引かれます。
- (2) 事業者にご連絡をせずに利用しなかった場合は、利用承認通知書に記載された利用料金にかかわらず、区と事業者の契約料金（1時間あたり平日：3,200円（税込）・土曜日：3,400円（税込））に依頼時間数を乗じた金額をお支払いください。利用上限時間の残時間から、依頼時間数が差し引かれます。

このページに区が発行した利用承認通知書と事業者の発行した派遣計画書を貼ってください。

利用承認通知書貼付欄（のりしろ）

地域の子ども家庭支援センターのご案内

子育てには様々な楽しさがありますが、同時に大変なこともあると思います。困った時はお気軽に、地域の子ども家庭支援センターへご相談ください。

子育て支援サービスのご案内から子育ての悩みまで、専門の相談員がお受けします。

- 地域子ども家庭支援センター練馬
すくすくアドバイザー
〒176-0001 練馬区練馬 1-17-1 ココネリ4階
☎6758-0141
☎3948-2312
- 地域子ども家庭支援センター光が丘
すくすくアドバイザー
〒179-0072 練馬区光が丘 2-9-6 光が丘区民センター6階
☎5997-7759
☎6385-4167
- 地域子ども家庭支援センター貫井
〒176-0021 練馬区貫井 3-25-15
☎3577-9820
- 地域子ども家庭支援センター大泉
すくすくアドバイザー
〒178-0063 練馬区東大泉 5-35-1
☎3925-6713
☎3925-6700
- 地域子ども家庭支援センター関
すくすくアドバイザー
〒177-0051 練馬区関町北 1-21-15
☎5927-5911
☎6674-2082

練馬区立子ども家庭支援センター 公式X（旧Twitter）

地域子ども家庭支援センターや子育てのひろばびよびよなどのイベント情報や子育て支援情報を中心にポストしています。



※すくすくアドバイザーは、妊娠・出産・子育て等の幅広い子育て情報をご案内します。

育児支援ヘルパー事業 事業者一覧 (31 社)

※予約状況によって利用できない場合があります。

No	事業者名	授乳 おむつ 交換	土曜	6時 まで 利用可	電話番号	対象地域 (〒)			
						176 練馬	179 光が丘	177 石神井	178 大泉
1	ジョナエイブレイス	★	■		6869-6658	●	●	●	●
2	Approach (アプローチ)	★	■	▼	6260-8314	●	●	●	●
3	育児ねっと	★	■	▼	4500-8886	●	●	●	●
4	株式会社ベアーズ		■	▼	0120-552-445	●	●	●	●
5	株式会社 ss-consul 東京産後ケア事業部	★	■	▼	5050-4326	●	●	●	●
6	株式会社ベビーシッター TOKYO	★	■	▼	080-6239-2580	●	●	●	●
7	ル・アンジェ株式会社	★		▼	3477-1287	●	●	●	●
8	訪問介護 和みケア	★	■	▼	080-3086-6213	●	●	●	●
9	ハニークローバー株式会社	★	■	▼	050-5358-6038	●	●	●	●
10	ロータスクラブ	★			5984-2622	●	●	●	●一部
11	ごはん DE ケア	★	■	▼	090-8688-6724	●	●	●	
12	介護ケア・ワーカー緑が丘	★	■	▼	3978-5240		●一部	●	●
13	ケアサポート ZERO	★		▼	5935-9128		●	●	●
14	早宮エンジニアリング	★		▼	3991-0147	●一部	●一部		
15	練馬キングスガーデン ホームヘルプサービス事業所	★	■		5399-6271	●一部	●一部		
16	福祉の森さくら介護センター	★	■	▼	090-8332-2850	●			
17	みんなのかいご	★	■	▼	5912-2720	●			
18	居宅同行援護事業所エスエスピー	★		▼	080-8743-1138	●			

★の付いている事業者は「授乳・おむつ交換」が行えます。

■の付いている事業者は「土曜日の派遣」が可能です。

▼の付いている事業者は「午後6時まで」、付いていない事業者は「午後5時まで」利用可能です。

※予約状況によって利用できない場合があります。

No	事業者名	授乳 おむつ 交換	土曜	6時 まで 利用可	電話番号	対象地域（〒）			
						176 練馬	179 光が丘	177 石神井	178 大泉
19	明日香	★		▼	6912-2125	●			
20	NPO アクト練馬ふるしき	★			5848-6768	● 一部			
21	ホームケアながさき	★		▼	5988-7377	● 一部			
22	ケアワーカー中ノ宮	★	■	▼	3999-7003		● 一部		
23	ハートケアサービス 練馬	★			5904-2281		● 一部		
24	NPO むすび	★			6904-3275		● 一部		
25	3丁目いすきあ	★	■	▼	070-1553-3400			●	●
26	NPO 法人アクト練馬たすけあいワーカーズエプロン			▼	6915-9325			●	●
27	けんしんケアサービス	★			6913-2828			● 一部	●
28	ユアアイケアセンター	★		▼	6913-4937			●	
29	アデリーケア練馬事業所	★		▼	5923-7795			● 一部	
30	移動食堂あなはた	★			070-9135-1873			● 一部	
31	ケアプランニング結い				5933-2100				●

★の付いている事業者は「授乳・おむつ交換」が行えます。

■の付いている事業者は「土曜日の派遣」が可能です。

▼の付いている事業者は「午後6時まで」、付いていない事業者は「午後5時まで」利用可能です。

事業者の最新情報は
こちらへ



育児支援ヘルパー事業の
情報はこちらへ

