

松江市訪問型
子育てサポート事業

妊娠中～就学前 自宅 事前登録要

こんなときにサポートが受けられます

- ・妊娠中でつわりがひどいとき、子どもの世話や食事、洗濯、掃除などの家事をしてほしい。
- ・育児や家事を少しでも軽減したいとき、子どもの世話や食事、洗濯、掃除などの家事をしてほしい。
- ・家で子どもと二人きりなので、話し相手がほしい。
- ・沐浴のお手伝いをしてほしい など



①利用者登録 登録申請書を松江市こども家庭支援課窓口、または、委託事業所窓口へ提出してください。

FAX/メールでも申請できます
FAX:0852-60-8160
メール:kosodate@city.matsue.lg.jp

登録は**無料**！
1枚の登録用紙で全ての事業所に○をつけて
登録することもできるよ！

詳しくは松江市ホームページを
ご確認ください。



②予約 利用日の前日までに、登録先の委託事業所に電話で予約をしてください。
※利用のご希望に添えない場合がありますが、何卒ご理解いただきますよう、お願いいたします。

委託事業所

事業所名	受付時間	休業日	電話	FAX	所在地
松江市シルバー人材センター	8:30～17:15	土・日・祝日	27-0888	27-2737	西川津町825-2
ケアサービス松江	9:00～17:30	土・日・祝日	55-7168	21-3955	北堀町211
まごころサービス松江センター	9:00～17:00	土・日・祝日	25-5335	25-5302	古志原1-14-1

③料金(サポーター1人につき、1時間あたり)

サポートにかかる実費は、利用者が利用料金とは別に負担してください。ホームサポーターの交通費は利用料金に含まれます。

利用時間帯	平日	土日祝
7:00～19:00	600円	800円
19:00～21:00	800円	800円

キャンセル料について
前日までの取消……無料
当日の取消……………50%
無断取消……………100%

問い合わせ
松江市子ども家庭支援課
0852-60-8141



※低所得者世帯、ひとり親世帯には利用料の補助制度があります。

松江市内で利用できる子育て支援サービス



子育て短期支援事業 (ショートステイ)

産後～小学校6年生 自宅外 事前申込

保護者の病気や仕事などで、家庭においてお子さんを一時的に養育することができなくなった時に、施設等においてお子さんをお預かりします。事前にこども家庭支援課にお問い合わせください。施設等の定員などによりご希望に添えないことがあります。

利用期間

1泊2日以上(原則として1回につき7日以内)

送迎

1日 500円 ・送迎が可能な里親のみ実施します。

料金 1日あたり

年齢	料金
2歳未満	3,800円
2歳以上	2,500円

・生活保護世帯、市民税非課税世帯への負担軽減があります

実施施設等	対応年齢
松江赤十字乳児院	0歳～2歳
双樹学院	3歳～就学前
受託契約をした里親	0歳～小学校6年生

問い合わせ
松江市こども家庭支援課
0852-55-5484

ベビーシッター キッズライン

ホームページ、アプリ上で預ける人の情報を見て、利用者がキッズラインのプラットフォームを使って直接依頼します。
託児中に英語レッスンや家庭教師などができるシッターさんの登録もあります。
※保育中の家事はできません。家事の依頼の場合には別途、家事代行の予約が必要。

産後～就学前 自宅 自宅外 当日利用可の場合有 事前登録要

料金

入会金・年会費無料	・予算や依頼内容に合わせてサポーターが選べる。 ・事前登録要、面談要、当日可能な場合も有 ・事前登録必須。依頼前にサポーターと顔合わせ(オンライン)もしくは事前面談(対面)必須。
-----------	---



お申し込み・問い合わせ

キッズライン

<https://kidsline.me>



病児保育

病気療養中や回復期で、入院の必要はないが安静が必要な子どもを、やむをえない事由により保護者がみることができない場合に預けることができます。

※身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳・特別児童扶養手当証書などの交付を受けた児童は、小学校6年生まで利用可能。ただし定員が限られるため事前に施設へ相談が必要です。

産後～小学校3年生 自宅外 事前登録要

料金

松江市民	松江市民以外
1,600円	2,400円

・子ども1人につき1日あたりの料金
・食事、おやつ代別途
・生活保護世帯・市町村民税非課税世帯は利用料免除制度有り

実施施設

松江赤十字乳児院	0852-24-6417
松江市立病院すこやか保育室	0852-60-8145
のぎこども園病児 病後児保育室	0852-61-5151
融合乳児園病児保育室	0852-28-2218
つわぶきこども園病児・病後児保育室	0852-61-2678



病児保育支援システム「あずかるこちゃん」で、24時間いつでも登録・予約・キャンセルができます。

実施日時

・平日 8:00～17:30
・土曜 8:00～13:00
日祝日、年末年始休み

問い合わせ

松江市保育所幼稚園課
0852-55-5312

ファミリーサポート

「子育てのお手伝いをしたい!」「子育ての手助けをしてほしい!」「手助けもしてほしいけど、お手伝いもできる!」という人たちが会員となり、支え合う活動です。保育園、児童クラブ、習い事への送迎や、託児が可能。

※まかせて会員(預かる人)の自宅、あいあい、おもちゃの広場などの子育て支援センター、児童館、その他安全の確保できる場所での託児が可能。おねがい会員(預ける人)の自宅での託児はできません。

子育てのお手伝いをしてくださる「まかせて会員さん」大募集中です!

～お申し込みからサポートの流れ～

① 会員登録 ●● ② 事前打ち合わせ ●● ③ 依頼

詳細は松江市ホームページからファミリーサポートセンターのページをご覧ください。

登録・問い合わせ

まつえファミリーサポートセンター
0852-32-0850

月曜日～金曜日、9:00～17:00



上記の二次元コードからどうぞ!

おたがいさま

妊娠中 産後～就学後 登録不要
自宅 自宅外 相談の上調整

利用者と応援者が、おたがいさまの気持ちでつながる有償のたすけあいシステム。コーディネーターが、希望にそって応援者を探してくれる。家事、送迎(徒歩、ベビーカー、公共交通機関を使っての送迎。車での送迎は不可)自宅・応援者宅・お出かけ先での託児など、状況に合わせて幅広く対応してくれる。

料金

1時間	1,000円
-----	--------

・応援者1人あたり24時間、365日一律(別途交通費実費)
・子ども1人につき
・別途交通費実費

みなさまへの
メッセージ

笑顔で子育てできる地域であるように「おたがいさま」の運営を続けています。「こんなこと頼んでいいのかな?」なんて思わないで、お困りの際はまずお話だけでも聞かせてください。応援者さんのご都合もあるので調整が必要ですが、なるべくご希望に合ったサポートができるように、一緒に考えます。

問い合わせ

おたがいさままつえ・やすぎ
0852-52-6795
(平日 10:00～16:00)

<https://www.coop-shimane.jp/otagaaisama/> ▲



子育て短期支援事業(トワイライトステイ)

産後～小学校6年生 自宅外 事前申込

保護者の仕事などの理由により、夜間に不在となり家庭において児童を養育することができないときに施設などでお子さんをお預かりします。事前にこども家庭支援課にお問い合わせください。施設等の定員などによりご希望に添えないことがあります。

利用期間

午後5時から翌朝8時まで

送迎

1夜	500円
----	------

※送迎が可能な里親のみ実施します

料金

1回	1,600円
----	--------

・生活保護世帯、市民税非課税世帯への負担軽減があります

実施施設等	対応年齢
松江赤十字乳児院	0歳～2歳
双樹学院	3歳～就学前
受託契約をした里親	0歳～小学校6年生

問い合わせ

松江市こども家庭支援課
0852-55-5484

認可保育所・認定こども園での一時預かり事業

産後～就学前 自宅外 事前登録要 保護者の仕事や病気、冠婚葬祭、リフレッシュなどで預けたい時に。

産後～就学前 自宅外 事前登録要

料金

利用時間帯	3歳未満児	3歳以上児
4時間未満	800円	650円
4時間以上	1,600円	1,300円

・事前登録、面接、健康診断、ならし保育が必要
・子ども1人につき
・別途給食費(各施設による)

一部施設によっては異なる場合があります。
必ず詳細をご確認ください。

問い合わせ

各保育所・認定こども園

制度についての問い合わせ

松江市保育所幼稚園課
0852-55-5498

*実施施設一覧は松江市HPをご覧ください。

いっしょに子育て研究所(こぞけん)(一時保育)

アットホームな少人数制が特徴。おうちで育児に励むママのお疲れ解消、リフレッシュタイムにも。

産後～就学前 自宅外 事前登録要 当日利用可の場合有

料金

利用時間帯	月・火・水・金・土曜日
10:00～15:00	30分770円

・初回登録料1,100円
特典:一般利用の方には、一回ご利用毎に次回使用できる110円割引券進呈
・定休日有り(木・日・祝日ほか年間カレンダーによる)
・生後1か月～就学前までの健康乳幼児対象

問い合わせ

いっしょに子育て研究所
0852-25-2225

シルバー人材センター

松江市保健福祉総合センター「あいあいルーム」と、松江市市民活動センター(スティックビル)「おもちゃの広場」で、シルバー人材センターの会員が、マンツーマンでお世話をしてくれます。

産後～就学前 自宅外 事前登録不要
当日利用可の場合有

料金

利用時間帯	1時間
9:00～17:00	943円

・子ども1人につき1時間あたりの料金
・別途交通費実費
・生後1ヶ月～小学校就学前まで対象

実施施設

・あいあいルーム
松江市乃白町32-2(松江市立病院隣接)
・おもちゃの広場
松江市白湯本町43(スティックビル2F)

利用日

・「あいあいルーム」
月～土曜日・祝祭日(年末・年始を除く)

・「おもちゃの広場」
おもちゃの広場開場日(水曜・年末・年始を除く)

利用時間

9:00～17:00(両施設の開場時間内)

※終日施設内の飲食はできません

センターの人からメッセージ

こんな時間に、こんな場合預かってもらえるだろうか?とお考えになったら、まずはご相談ください。お預かりできる方法と一緒に考えさせていただきます。

お申込み・問い合わせ

シルバー人材センター
0852-27-0888

電話予約受付時間 8:30～17:00
月～金曜日(年末・年始を除く)

産後ケア デイサービス型の一日の流れ

日帰り型

産後ケアって具体的に何をやるの？施設でどんなことをして過ごすのかな？…
そんな疑問を持つお母さんたちへ、産後ケア内容の一部をご紹介します。

体調や心配事など丁寧に話を聞いてくれます。
授乳指導や哺乳量計測も行います。

9:00
到着&受付

背中オイルマッサージ、肩こり腰痛ケア、
ハンドマッサージ、入浴、沐浴など豊富な
リフレッシュメニューが受けられます。

10:00
産後ケア
メニュー

母乳のトラブルでお困りのお母さん方に、
桶谷式乳房手技(おっぱいマッサージ)が
受けられます。乳房の調子を整えてくれます。

11:30
昼食

栄養バランスの取れた人気の
ランチ。食事を作ってもら
えるだけでありがたいです。
一人でorみんなで食事をす
るか選べます。

13:00
個室で昼寝

家だつてい家事を
したくなりますが、
お昼寝大事です。

15:00
おやつ

保育スタッフさんが赤ちゃんを
預かってくれるので、お部屋で
貴重な一人時間を過ごせます。

16:00
退室&会計

産後ケアを使ってみた感想

産後の体調不良と夜間の授乳による睡眠不足で身体
回復に不安があった為、利用しました。また、家では乳
幼児を見ながら上の姉兄のお世話もあり、なかなか
身体を休めることができませんでした。
最初はハードルが高いイメージがありましたが、行って
みて良かったと思います。リフレッシュができたという
のが一番の感想ですが、利用したことで「育児や体の
ことで困ったら頼れる場所がある」という安心感に
繋がりました。
母乳のことや赤ちゃんの寝かしつけ、抱っこ仕方など、
今ではもっと早く知りたかった！と思うことを教えて
もらえました。

Aya母乳育児相談室さん、ありがとうございました。

(編集員麻田)

Aya先生より
ひとこと

お母さん方には産後2週間健診後に、一度
デイサービス型を利用していただけることをお
勧めします。
疲れもたまる時期ですし、不安なことも多い
はずですが、ちょっとした悩みでも気軽に安心
して相談にいらしてくださいね。



Aya母乳育児相談室

松江市上乃木福富町543-1

ご予約はこちら
ホームページ



Instagramも
チェック！



生後3カ月の女の子
みっちゃんを連れて、
Aya母乳育児相談室で
利用しました。

ママ&ベビー体験しホ
編集員麻田
&
みっちゃん

松江市の 産後ケア事業

母乳や育児のことなどで、戸惑ったり、不安になったりしていませんか。
松江市では、お母さんが少しでも安心して子育てができるよう産後ケア事業を行っています。



一人で悩まず
ぜひ利用してね



利用できる人

松江市民で産後1年未満のお母さんと赤
ちゃんと次のいずれかに該当する人(施設に
より利用可能な期間が異なります)

1. 産後に心身の不調や育児不安のある人
2. ご家族などから十分なサポートが得られない人

産後ケアの内容

お母さんや赤ちゃんの体調管理や産後の生
活の相談、お母さんの心と体のケアなど。

次のページで詳しく！

利用方法

利用には申請が必要です！

1. 申請
 2. 決定通知が郵送で自宅に届く
 3. 各施設に利用予約をする
- Aya母乳育児相談室▶直接利用予約する
●それ以外の施設▶こども家庭支援課へ連
絡して利用予約する

しまね電子申請サービス・
窓口・郵送・メール・FAXでの
申請が可能です

松江市こども家庭支援課

〒690-0045松江市乃白町32-2

電話 0852-60-8155

メールアドレス kosodatehoken@city.matsue.jg.jp

しまね電子
申請サービスは
こちらから



種類と利用料金

利用日数：●デイサービス型・訪問型▶通算7日以内 ●宿泊型▶7日以内

区分	課税世帯	非課税世帯	生活保護世帯	施設名	利用可能期間	備考
デイサービス型 (7時間)	2000円	1000円	無料	松江赤十字病院 9:00-16:00	産後4か月未満	※お食事については 表下部の記載の備 考をご確認下さい。
				松江市立病院 9:00-16:00	産後8週~1年未満	
				マザリー産科婦人科医院 10:00-17:00	産後4か月未満	
				Aya母乳育児相談室 9:00-16:00	産後1年未満	
デイサービス型 (3時間) ※お食事なし	1000円	500円	無料	ワタナベ相談室 10:00-13:00	産後1年未満	
				Aya母乳育児相談室 9:00-16:00のうち3時間	産後1年未満	
宿泊型	2500円	1250円	無料	マザリー産科婦人科医院 10:00-翌17:00	産後4か月未満	※お食事については 表下部の記載の備 考をご確認下さい。
				Aya母乳育児相談室 9:00-翌16:00	産後1年未満	
訪問型	1000円	500円	無料	自宅にて 平日9:00-16:00間の3時間程度	産後1年未満	駐車場の確保

●マザリー 食料料金込。●Aya母乳育児相談室 1食600円。●日赤・市立病院 各自手配。持ち込み可、院内にコンビニ、食堂有、お弁当注文可。
(離乳食400円)

それぞれの人のニーズに
合わせて利用の仕方が
変えられるのがいいです
よね^^



編集員麻田

母乳の出が悪かった時に
助産師さんのゴッドハンド
で乳房のケアしてもらい
助かりました！



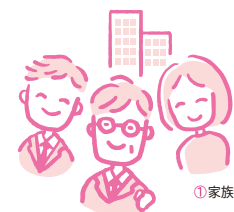
編集員松本

出産後不安だったので、退院後すぐ
に産後ケアを利用しました。ほかのお
母さんともお話できてこういう悩み
は自分だけじゃないんだと思えまし
た^^



はるちゃん 保育園に行く

今年の春、医療的ケア①が必要なお子さん「はるちゃん」が松江市の私立保育所に入所されました。
お母さんと保育所の先生方、松江市こども子育て部の方にお話を伺いました。



①家族や看護師が日常的に行っている経管栄養注入やたんの吸引などの医療行為のこと。(引用:デジタル大辞泉)

取材・撮影 中澤



はるちゃんのお母さん

ニコニコと笑顔で私たちを迎えて、辛い経験のことも終始気丈に話してくださいました。後に続く人への想いで取材を受けてくださったことに感謝いたします。



仕事が好き 仕事を続けたい

「はるちゃんが生きていて幸せだね」
この子は双子だったんです。お腹の中にいる時に2人の状況から手術が必要になり、その時は乗り越えましたが、27週にもう1人の子は亡くなり、その3週間後にはるちゃんが産まれました。誕生時に泣いてくれて安心したのですが、明け方になって看護師さんに「危篤です」と告げられました。敗血症だったんですが、酸素量も血圧もかなり下がって危ない状態の中、先生がその原因となっている病原菌を特定して処置してくれたおかげで何とか助かりました。今でも家族とあの先生じゃなかったら助からなかったね」「はるちゃんが生きていて幸せだね」と話して感謝しています。



はるちゃん



頑張るぞ!

ただ普通に 接してほしい

酸素ボンベにはるちゃんの名前が書かれています。携帯するもの、寝室で使うもの、車で使うもの、保育園で使うもの、それぞれの場所に常に用意しています。酸素を持って外出している、よくくじら

お兄ちゃんはずいぶん子になつて、はるちゃんに反抗心を燃やして、もつはるちゃん置いて、僕も立つて抱っこして甘えています(笑)

お兄ちゃんはずいぶん子になつて、はるちゃんに反抗心を燃やして、もつはるちゃん置いて、僕も立つて抱っこして甘えています(笑)

お兄ちゃんも 福岡さんに ミルクを飲ませて もらっていたそう。



はるちゃんがおもちゃをつかんで遊ぶ姿を、お迎えに来たお母さんが見てすごく喜ばれて。お気に入りを見つけるのが嬉しいです。



福岡貴子看護師

じろと見られます。「病気の子どもを外に連れ出すなよ」とみたいな考えの人もたまにいます。病氣と言っても、その時に熱を出したりしているのとは違う、この子にも色んな刺激が必要だと思つて、買物にも散歩にも行きます。こいつは子医療的ケアが必要な子がいるって知らない人がほとんどだと思います。私も知らなかったです。仕方ないかもしれないけど、やっぱりジロと見られると……。ただ普通に接してほしいと思います。こいつは子医療的ケアが必要な子がいるって知らない人がほとんどだと思います。私も知らなかったです。仕方ないかもしれないけど、やっぱりジロと見られると……。ただ普通に接してほしいと思います。

しらとり保育所

(下山) はじめに保護者さんから相談を受け、松江市の関係部署の方々と、保育体制や運営的な面などを相談しながら総合的に検討し、入所を決定しました。私立保育所でも受け入れが可能だった理由の中に、行政のサポートがしっかりあつて心強かつたこと、経験年数が長い保育士と看護師が揃っていること、保護者さんに非常勤の看護師の勤務時間内になることをご了承いただいたこと、そしてこの数年インクルーシブ保育②について学んでいたことがあります。やはり体調面で変化があつた時の緊急度は高くなりますので、責任は重くなります。でも受け入れられませんか?言つたらやはり保護者さんが困られる。上のお子さんに慣れた環境で過ごしてもらいたいという気持ちがありました。



担任の高村友美保育士

(高村) どのお母さんですが、はじめのうちは授乳や離乳食お昼寝も、お家と保育所では様子が変わつて難しいことがあります。お母さんの呼びかける言葉や声のトーン、抱この仕方を真似して、だんだんと保育所の環境に慣れてもらうようにしています。はるちゃんは抱っこで揺らしてもらつてミルクを飲むスタイルがお気に入りということで、看護師も立つて揺らして歌つて、試行錯誤しながら授乳していました。

(平林) 酸素の扱いはもちろんですが、咽喉(のど)や嚥下(えんげ)など、食事の面では特に注意が必要です。最初のうちはお家から食事時の椅子を持つてきてもらい、お母さんと一緒に様子を見て慣らしてから、保育所の椅子で食べるように進めていきました。姿勢の保持がその日や時間によつても違ふので座る角度に気をつけて、はるちゃんのペースで進められるようにしています。成長に応じて配慮すべきこともまた変わっていきます。安全で安心できる環境を整えるのが第一ですが、長い時間を過ごす場ですので、発達を促すような遊びや体操もできたらと思つています。

一緒に育つていく 子どもたちを見て

(高村) 受入れに当たつて研修を受けていく中で、支援方法についても理解を深め、改めて地域で保育していく必要性を感じました。4月にはるちゃんと一緒に入園した子どもたちが、小さいなりに自然と配慮しながら一緒にいる様子を見ていて、私たち大人は元々ない壁を作つてしまいがちなことに気づきました。



(左)下山治子所長 (右)平林祐子主任保育士

(下山) インクルーシブ保育というのは特別に配慮が必要なお子さんでも、そうでないお子さんも、小さい頃から一緒に育っていくこと。はるちゃんの入所を通して私たちもまた学び、お子さん一人ひとりの成長や場面に応じて、細やかにやつていくことの大切さを感じています。



②インクルーシブ教育システム
障がいの有無にかかわらず共に学べる仕組み(引用:明鏡国語辞典)



(※しらとり保育所様より提供)
しらとり保育所。今年で創立57年。



私たちに相談ください!



松江市こども子育て部の皆さん
松江市では、事前にご家族のご要望などを伺いながら関係者で情報共有や勉強会を開催し、みなさんが安心して園生活が迎えられるようお手伝いをさせていただきます。ただ入園には主治医の許可が必要で、すし、保育所(園)の状況により、ご家族のご要望に添えないこともあるかもしれませんが、より良い方法を一緒に考えさせていただきます。ぜひ、いつでもご相談ください。