



# 産前産後の家事で



## お困りの方はご相談下さい！

- 安静が必要と診断されたら？
- お腹が大きくなり家事がづらくなってきたら？
- 身近に家事を手伝ってくれる人がいなかったら？
- もし出産後の体調が悪かったら？



## 有償ボランティアによる家事援助サービスがご利用可能です！

調理・掃除・洗濯・買い物等を支援いたします。

○年会費 2400円

○利用料金 30分600円 (内150円は事務費)

○年会費とボランティアさんの交通費が別途必要となります。

○お子様のお世話は出来ません。

○産前産後8週間以内で支援いたします。



ご相談・お問合せ

ほっ・とプラザ TEL011-623-4010

平日 8:45~17:15 (土・日・祝日定休日)

札幌市社会福祉協議会

〒060-0042

札幌市中央区大通西19丁目1-1 札幌市社会福祉総合センター4階

ホームページは  
こちらのQR  
コードから  
どうぞ



(2023.4)