

# 第1回子育てカフェ Tips集

2018/9/25 開催



# つくば子育てサポートサービス

- 社会福祉法人つくば市社会福祉協議会つくばファミリーサポートセンター  
<http://www.tsukuba-swc.or.jp/c/02/01.html>
- 会員制（登録料1,500円）
- 利用料金（平日800円、土日祝日1,000円 時間外や交通費は別途必要）
- 具体的なサービス内容は、保育サービス・家事援助サービス  
送迎サービス・相談助言サービスがあります
- 事前に顔合わせがあるので安心、都合が合えば同じ人に自宅へ  
来てもらえる

# シルバー人材センター子育て支援事業

- 対象 1歳児～未就学児童
- 保育時間 午前9時～午後6時  
※年中無休(12月29日～1月3日を除く)
- 料金 500円/時
- 場所 谷田部老人福祉センター 2階

経験豊富な  
保育士資格等を  
有する者・  
子育て経験者が  
担当します



- [http://www.tsukuba-kosodate.jp/jo3zglqt0-12/?block\\_id=12&active\\_action=journal\\_view\\_main\\_detail&post\\_id=1445&comment\\_flag=1](http://www.tsukuba-kosodate.jp/jo3zglqt0-12/?block_id=12&active_action=journal_view_main_detail&post_id=1445&comment_flag=1)  
(詳細はこちら)

# 病気時の子供の世話

- 病気の際はシッターに預けられないことがほとんど
- 保育園でも熱がある場合は厳しい

(まず小児科に診てもらい感染症でないことの確認などが必要...)



## 病児・病後児保育

看護師が常駐しているか確認するとよいでしょう！

- 保護者の就労等により、子どもが病気の際に家庭での保育が困難な場合において、病気の子どもを一時的に保育し、安心して子育てができる環境を整備することを目的とした事業
- つくば市内には、3箇所の保育所が事業を実施中  
(<http://www.tsukuba-kosodate.jp/nursery/convalescence/>)
- 料金は1日あたり平均2,100円ほど

# 学内の育児スペース (期間限定)

- 時間： 8:30-17:15  
場所： スチューデントプラザの近く、プレハブハウス
- 無料・登録制
- 折り返し利用方法等、詳細についてご連絡いたします
- <https://diversity.tsukuba.ac.jp/?p=17307> (こちらをご確認ください)



# 保育所を断られたら...

- 誰か保育所のこと詳しい人と一緒に役所に相談をしに行くと良い
- 困っていることを具体的に伝える
- 現状としてここ2～3年で入りにくくなった  
(公立の学童もパンク状態)
- 保育所で一時預かりをたくさん利用することはできるかも  
(回数や空きなどで制限されること可能性はありますが・・・)

# シッターの利用

- 料金 1000円後半から2000円前半  
(必要経費かも?)
- オプションとして指名もすることができる (安心)
- 晩御飯やお風呂も時間があればお願いすることができる



# ベビーシッター割引券

- 利用対象者 本学に在職する常務教職員・非常勤教員の方
- 割引額 1枚あたり2200円（1回につき2200円以上のサービスが対象）
- 割引対象のサービスは、  
利用者の家庭内での保育・家庭と保育所等への送迎
- [https://diversity.tsukuba.ac.jp/?page\\_id=549](https://diversity.tsukuba.ac.jp/?page_id=549)（詳細はこちらから）

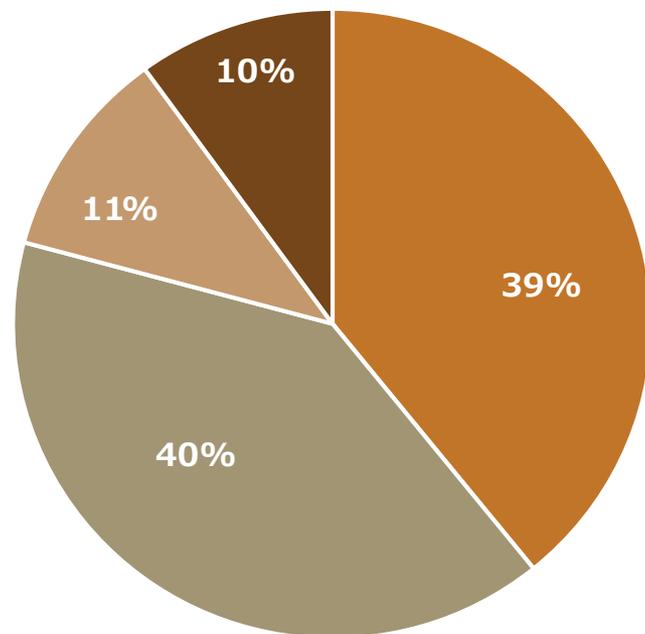
# ベビーシッター割引券利用状況

平成30年度10月17日現在

- 利用者数 14名
- 交付枚数 240枚
- 利用枚数 120枚

開始時間帯は  
18時以降の方が  
56%でした！

平均利用時間



■ ~2時間以内 ■ 2~3時間 ■ 3~4時間 ■ 4時間以上

# ベビーシッターサービス

- 本学と契約しているところであれば、年会費はかかりません  
「株式会社ママメイト」 <http://www.mama-mate.jp/>  
「株式会社プリマベラジャパン」 <http://primavera.jp.com/>

- **サービス利用への抵抗感**

長期間の不在や

子供の人見知りなどの

問題を抱えている場合は

**面談**をしてから利用してみましよう

家事代行サービスや  
シッターの利用などに  
なかなか踏み出すことが  
できない...という方は多く  
いらっしゃいました...

# 子育てと家事のバランス

## みなさんのアイデア♪

- 料理は頑張りすぎない、土日は作るなど  
(頑張って作って食べてもらえなかった時のイライラが...)
- 作り置きを知人や近所の方に頼む
- コンビニやパルシステムを使う
- 離乳食を神経質に作らなくても大丈夫  
離乳食ではなくても、食べてくれる (ふりかけとご飯、味噌汁)
- ダスキンを利用する
- 掃除も家事代行サービスにお願いする

# 子育ては神経質になりすぎずに！

- 夫婦間できちんと話し合う（言い方には気を付けて）
- 一人目は手をかけすぎてしまう
- 子育て本の通り忠実に頑張らなくても大丈夫です  
（手抜き育児本があればいいですね）
- いろいろな人に頼りながら助け合っていきましょう