



たくさんの力を  
遠りなくかりよう

頼ることを  
まわりが応援



文明の力

夕食

電化製品

おそうざい

食洗器

お弁当

インスタント

など

冷凍食品

宅配サービス



保育園

一時預り

ショートステイ

家族

親せき

言ひ見 ベビシッター

ファミリーサポート

病児保育

友人

子育てサークル

民生委員

近所さん

家族  
親せき

学童

学校

養護教諭

スクールカウンセラー

相談室

スクールソーシャルワーカー

役所の窓口

情報・制度・サービス・助成金など

医療費

子育ての窓口

生活・くらし

生活保護制度

保健センター

児童相談所

保健所

児童家庭支援センター

精神保健福祉センター

電話相談

民間

子育て支援機関



産科 助産師

小児科

家族会

自助グループ

看護師

保健師

医師

心理士

精神科

クリニック・病院

SNS  
の  
つながり



アプリ  
ネット



ヘルパー  
訪問看護

ケースワーカー  
薬剤師

デイケア