

# 多胎妊婦さんと 多胎児家庭の 子育てを応援します！



杉並区では、多胎児（ふたご・みつごなど）の妊婦さんや子育てする方の心身の不調や育児不安などを軽減し、安心して子育てすることができるよう、様々なサービスを提供しています。また、交流会等を通して、情報交換や仲間づくりのお手伝いをします。

## 多胎児のつどい（相談・交流会）

みんなで  
集まりましょう！



### 対象者

多胎妊婦、多胎児家庭

### 内容

多胎育児経験者等との交流・情報交換と、  
保健師・助産師等の専門職が相談に応じます。

### 申し込み

予約制：電話で各会場へ  
管轄外の保健センターのつどいにも参加  
できます。

※託児や専門相談のご希望は、申し込みの際にお伝えください。

会場 名称（定員）	日時(10時～11時30分※荻窪は11時まで) 専門相談員					所在地 連絡先
	11月	12月	1月	2月	3月	
荻窪保健センター ビジーチェリー（5組）	5 助産師	3 助産師	7 保育士	1 助産師	4 心理	荻窪 5-20-1 ☎3391-0015
高井戸保健センター さくらんぼ（10組）	10 保健師	8 助産師	12 助産師	9 心理	9 保育士	高井戸東 3-20-3 ☎3334-4304
高円寺保健センター ビーンズ☆クラブ（5組）	27 助産師	25 保育士	22 保育士	26 助産師	26 助産師	高円寺南 3-24-15 ☎3311-0116
上井草保健センター ふたごちゃんのつどい（5組）		10 保健師		18 栄養士	11 助産師	上井草 3-8-19 ☎3394-1212
和泉保健センター ツインマザーのつどい（5組）	20 助産師		27 午後 栄養士		19 助産師	和泉 4-50-6 ☎3313-9331

1時30分～3時

※専門相談員は上記の他、保健師、栄養士、歯科衛生士の相談も可能です。申し込み時にその旨  
お伝えください。

※専門相談員が変更になる場合がありますのでご了承ください。

※現在、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため定員を制限しています。ご了承ください。

### 先輩パパママからのメッセージ



ふたごの会で、ママ友や先輩ママに出会って「自分だけじゃない」と思えました。出産の準備や育児のお話を聞いて助かりました。

家族だけでは大変で、行政や民間の子育てサービスを使ったという話を聞いて、自分も利用しようと思いました。

妊娠中に参加して、産前と産後のイメージがわいてよかったです。出産後は子どもと参加するのが楽しみです。

産後はなかなか外出ができない時期もありましたが、思い切って「つどい」に行き、仲間とおしゃべりするのがストレス解消になりました。

## さくらんぼ面接・タクシー利用券の交付事業

区では、妊娠期から子育て期までの切れ目のない支援として、各保健センターの担当保健師がさまざまな相談に応じています。タクシー利用券交付の際には、「さくらんぼ面接」を実施し、お子さんの様子や育児のことなどを丁寧にお伺いして必要なご相談や一人ひとりに合ったサービスにもお繋ぎします。さくらんぼ面接終了後に、区が実施する母子保健事業等※、予防接種及び「多胎児のつどい」を利用する際に使用できるタクシー利用券を交付しています。

※母子保健事業等：乳幼児健康診査、育児相談、離乳食講習会、乳幼児歯科相談、産後ケア事業など

### 対象者

杉並区内在住で3歳未満の多胎児を同一世帯で養育する世帯

### 交付額

1世帯につき、0歳時、1歳時、2歳時に各1回、24,000円/年のタクシー利用券を交付します。

0歳時、1歳時、2歳時に、保健師が面接、訪問等でお会いした世帯が対象です。

### 申請方法

- ①区から、対象者となる世帯の方にお知らせ（申請書）を郵送します。
- ②お知らせが届きましたら、お手数ですが、保健師と面接等の日程調整のためご住所を管轄する保健センターにご連絡ください。（詳細は、お知らせに同封します。）
- ③訪問等による面接の際に、申請書にご記入の上、保健師に渡してください。
- ④後日、タクシー利用券をご自宅へ簡易書留で郵送します。

### 問合せ

杉並区子ども家庭部管理課地域子育て支援係 ☎03-3312-2111（代表）  
※保健師の面接に関するお問い合わせは、各保健センターまで。



あなたの地域の担当保健師は

( ) 保健センター

(保健師) \_\_\_\_\_

## 多胎児家庭家事・育児支援ヘルパー事業

3歳未満の多胎児を養育する家庭の自宅をヘルパーが訪問し、家事・育児を支援するサービスです。  
区内で子育て支援や家事援助等のサービスを実施している事業者に委託しています。

### 利用できる方

- 杉並区内在住者で、
- 多胎児を妊娠中の方
- 出産後、退院した翌日から3歳未満の多胎児を養育中の方



	利用可能時間	申請受付開始日
妊娠が判明してから、 1歳未満の多胎児を養育している間	240時間以内	妊娠がわかった時点から
1歳から2歳未満の多胎児を養育している間	180時間以内	1歳になる2か月前から
2歳から3歳未満の多胎児を養育している間	120時間以内	2歳になる2か月前から

平日 午前9時～午後5時 （1日の利用時間は、1時間単位、連続して4時間以内）  
土・日曜日、祝日、年末年始 （12月29日～翌年1月3日）を除く

### 利用できる場所

原則として利用者の自宅

※食材・生活必需品等の買い物、保育園等の送迎、健診等の付添いは除く

### サービス内容

- ◆食事の支度 ◆衣類の洗濯 ◆掃除・整理整頓 ◆沐浴の準備・片付け・手伝い
  - ◆生活必需品の買い物 ◆上の子の世話 保育園等の送りまたはお迎え（自転車不可）  
室内での遊び
  - ◆健診等の付添い ◆育児の助言・相談及び補助 ◆関係機関への連絡
- ※利用日、利用時間は、申込時の状況により、ご希望に添えない場合があります。

### できないこと

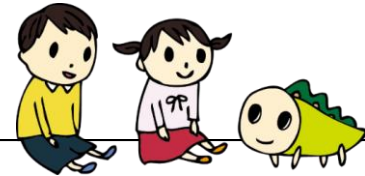
大掃除、引越の準備・片づけ、窓ふき、庭仕事、大量のアイロンかけ、つくりおき、換気扇・レンジ周りの掃除、浴室のカビ取り、保護者不在時の家事・育児 等

### 利用料金

	区分	利用料	ヘルパーの交通費
1	生活保護法による生活保護世帯 特別区民税・都民税非課税世帯	0円	利用者にご負担 いただきます。
2	特別区民税・都民税課税世帯	500円/1時間	

- ※ 住民税の課税・非課税の区分は、世帯員全員が対象になります。
- ※ 杉並子育て応援券（「ゆりかご券」含む）もご利用いただけます。
- ※ 前営業日17:00以降のキャンセルはキャンセル料（500円×予約時間数）が発生します。
- ※ キャンセル料、交通費の支払いには、杉並子育て応援券（「ゆりかご券」含む）は利用できません。

## 利用までの流れ



### ステップ1 区に利用申請する

提出書類		<p>▶申請書</p> <p>▶母子健康手帳の表紙のコピー ※妊娠中の申請の場合のみ</p> <p>▶住民税決定通知書または課税証明書のコピー ※申請時に、区に記録されている税情報確認の同意欄にご署名いただいた方は、証明書等の提出は不要です。 ただし、令和2年1月2日以降に他の市区町村から転入された方は、税情報の確認ができない場合があるため、手続きについてお問い合わせください。</p>
申請方法	郵送	杉並区子ども家庭部 管理課 地域子育て支援係 宛に郵送
	来所	杉並区子ども家庭部 管理課 地域子育て支援係 または区内5か所の子どもセンター（下記一覧参照）に来所



### 申請完了後、区からの書類を郵送で受け取る

ご自宅に「利用承認通知書」「委託事業所一覧」「ご利用にあたってのお願い」等を杉並区子ども家庭部 管理課 地域子育て支援係 産前・産後支援ヘルパー担当から1週間程度で発送します。

申請書類の内容について、確認のお電話をさせていただく場合があります。

### ステップ2 委託事業所への申し込み・事前訪問等を受ける

- ・区からの書類が届いたら、事業所を選び、事業所へ直接お電話してください。
- ・事前に、希望するサービス内容について、事業所とご連絡・ご訪問等で詳しい利用時間や内容を調整します。

### ステップ3 ヘルパー訪問・サービス利用開始

#### 《利用例》

- ◆2時間で料理と掃除、洗濯
- ◆3時間で保育園へのお迎えと買い物、沐浴の補助、掃除
- ◆4時間で健診の付き添い



子どもセンター	所在地
荻窪子どもセンター	荻窪5-20-1(荻窪保健センター4階)
高井戸子どもセンター	高井戸東3-20-3(高井戸保健センター1階)
高円寺子どもセンター	高円寺南3-24-15(高円寺保健センター2階)
上井草子どもセンター	上井草3-8-19(上井草保健センター1階)
和泉子どもセンター	和泉4-50-6(和泉保健センター1階)

※高円寺子どもセンターは、令和3年1月中旬に高円寺子ども家庭支援センター(高円寺南3-31-3)1階に移転します。



問い合わせ先

杉並区子ども家庭部管理課地域子育て支援係

(東棟 3 階)

〒166-8570 杉並区阿佐谷南 1-15-1

☎03-3312-2111 (代表)

(祝日、年末年始を除く月～金 8:30～17:00)



※各事業の詳細は、区公式ホームページ「多胎児家庭支援事業」をご覧ください。