

# 多胎児を妊娠中及びふたごちゃんみつごちゃんを迎え、家事・育児にお困りの方へ

多胎児を妊娠中の方及びふたごちゃん、みつごちゃんを迎えて家事育児でお困りの方に  
向けて、家事育児サポーターを派遣します。



## サービス内容

☆サービス内容の詳細については、このチラシの裏面をご覧ください。

家事			育児	
食事の支度	衣類の洗濯	未就学児の送迎	授乳	おむつ替え
居室等の清掃	買い物	健診(受診)同行	育児相談	沐浴の補助



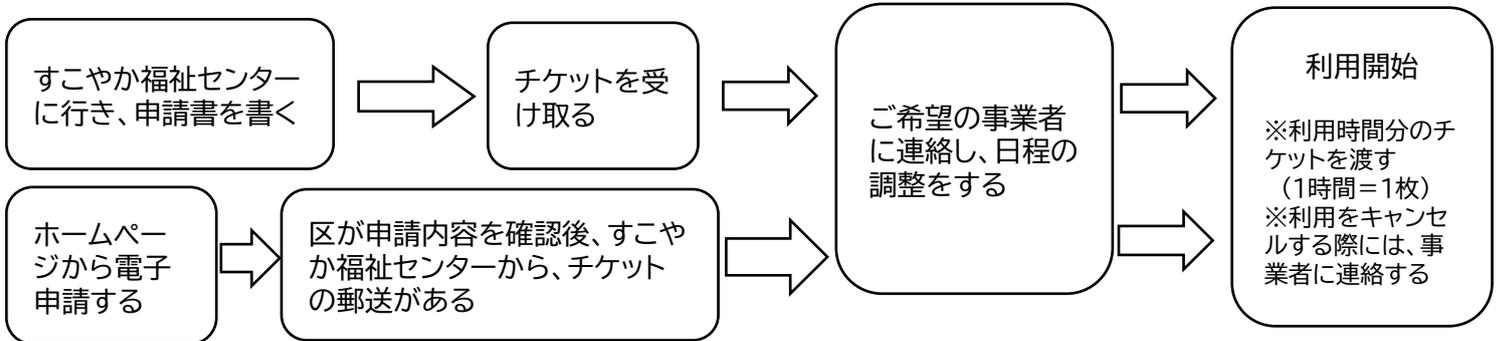
多胎児家庭支援事業のホームページはこちら

## 利用出来るのは、下記のすべてにあてはまる方です

- 中野区に住所がある方
- 多胎児を妊娠中の方もしくは3歳未満の多胎児のいる世帯

## 利用の流れ

下記のいずれかの方法で行ってください



☆事業者については、このチラシの裏面をご覧ください

## 利用出来る時間

申請時期	利用可能時間
0才から1才の誕生日前日まで	1才のお誕生日の前日までに150時間 ※妊娠中から利用出来ます。
1才から2才の誕生日前日まで	2才のお誕生日の前日までに120時間
2才から3才の誕生日前日まで	3才のお誕生日の前日までに90時間

## 料金

**1時間につき800円** ※生活保護世帯、住民税非課税世帯は無料

健診等の同行で利用した場合、1歳未満のお子さんを育てている世帯には15回(15時間)分、2歳未満のお子さんを育てている世帯には9回(9時間)分を区が負担します。

## お問合せ

お住まいの地域を担当するすこやか福祉センターへお問い合わせください。

中部 Tel3367-7788 北部 Tel3388-0240  
南部 Tel3380-5551 鷺宮 Tel3336-7111



担当のすこやか福祉センターは、こちらから確認してください。

## サービス内容の詳細

支援項目	支援内容
食事の支度	利用者の食事の支度・片付け
衣類の洗濯	利用者の衣類（日常着）等の洗濯、洗濯物干し、衣類の取り込み、たたみ、アイロンかけ
居室等の清掃	利用者が利用している部屋の掃除・片付け（トイレ・浴室・洗面所含む）
買い物	食材・生活必需品の買い物（徒歩圏内のスーパー等）
きょうだい（未就学児）の送迎	幼稚園・保育園送迎
健診（受診）同行	利用者の健診・受診の同行、利用者が同行する時の、未就学児きょうだいの健診付き添い・受診同行 ※交通費は利用者の実費負担

※家事は日常行われている程度の範囲です。

※幼稚園・保育園の送迎を除き、利用者の目の届く範囲で家事支援をします。

※産前の利用者（妊婦）不在の状況での利用及び産後の乳児と保護者が不在の状況での利用はできません。

※一時保育や家事代行とは異なります。

※同行受診の際に発生した交通費は利用者の方の実費負担となります。

## 利用上の注意（キャンセルや変更の場合等）

○ご家族が感染性の疾患に罹患している時など、家事育児サポーターに感染の恐れがあるときは、本事業を利用できない場合があります。

○やむを得ず日程変更やキャンセルをする場合は、必ず利用予定日の2営業日前までに事業者へ連絡を入れてください。

例：連絡可能な曜日が「平日」の事業者へ「月曜日」に予約を入れていた場合→前の週の「木曜日」まで

○キャンセルや日程変更の連絡が前日や当日になった場合は、利用しなくても利用可能時間を減じます。

○利用日の調整は事業者と直接行っていただけますが、場合によっては希望に添えないことがありますのでご了承ください。

## 事業者一覧

妊娠中と出産後でご利用できる事業者が異なります。ご確認のうえご予約・ご利用をお願いします。

### 【妊娠中にご利用できる事業者】

妊娠・出産・子育てを支えるための知識を体系的に学習した産後ドゥーラが妊娠中のサービスを提供します。ご不安なことなどお気軽にご相談ください。出産後も利用可能です。

No.	事業者名	連絡先	連絡可能な曜日・時間	可能な支援	担当者	派遣可能地域
1	(有) マ・メール (松ヶ丘助産院)	090-9682-7957 申込みは、下記URLから <a href="https://matsugaoka-sango.com/doula_choice/">https://matsugaoka-sango.com/doula_choice/</a>	平日 11:00 ~16:00	家事 ・育児 2時間 ~可	石澤	中野区全域

### 【出産後にご利用できる事業者】

No.	事業者名	連絡先	連絡可能な曜日・時間	可能な支援	担当者	派遣可能地域
1	ヘルパーステーション 中野	03-5318-0533	平日 9:00 ~17:00	家事	大塚	本町、中央、東中野、中野 上高田、新井、沼袋、江古田 丸山、野方、大和町、若宮 白鷺、鷺宮、上鷺宮
2	(有) マ・メール (松ヶ丘助産院)	090-9682-7957 申込みは、下記URLから <a href="https://matsugaoka-sango.com/doula_choice/">https://matsugaoka-sango.com/doula_choice/</a>	平日 11:00 ~16:00	家事 ・育児 2時間 ~可	石澤	中野区全域
3	株式会社 明日香	03-6912-2125	平日 9:00 ~17:00	家事 ・育児 2時間 ~可	株式会社 明日香	中野区全域 (予約の状況により、ご希望に添えない場合がございます。都度お問い合わせ下さい。)
4	株式会社 バアーズ	電話又はホームページから 0120-552-445 <a href="https://www.happy-bears.com/special_corp/government/nakanoku">https://www.happy-bears.com/special_corp/government/nakanoku</a>	年中無休 9:00 ~20:00	家事 ・育児2 時間~可 ※育児は1歳 以上	株式会社 バアーズ	中野区全域
5	株式会社 CaSy	050-3183-0299 申し込みは右QR コードから 	年末年始以外 9:00~ 18:00	家事 2時間~ 可	株式会社 CaSy	中野区全域
6	株式会社 パソナフォスター	03-6734-1281 申込は下記URLから <a href="https://www.pasonafoster.co.jp/service/sitter/nakano_sango/form.html">https://www.pasonafoster.co.jp/service/sitter/nakano_sango/form.html</a>	平日 9:00~ 17:30	家事 ・育児 2時間 ~可	株式会社 パソナフォ スター	中野区全域
7	日本リック総合支援事 務所りんく野方	03-5356-8993	平日 9:00~ 18:00	家事 ・育児 2時間 ~可	日本リック総 合支援事務所 りんく野方	中野区全域

※事業内容や実施施設等について情報の更新をしている場合があります。  
ご予約やご利用の前に、中野区や事業者のホームページをご確認ください。