

ふたごちゃん・みつごちゃんを これから迎える予定の方・育てておられる方へ

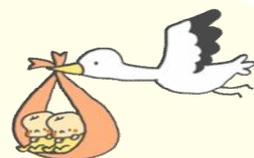
ふたごちゃん・みつごちゃんを妊娠された方、子育てをされるご家庭ならではの不安や大変さもあると思います。

このリーフレットには、松江市で多胎児を妊娠中の方、すでに子育てをされている方の手助けとなるような情報をご紹介します。



松江市子育て情報発信キャラクターしじみ家のふたご

「ふたご手帖」の活用について



松江市では、多胎妊娠された方へ、妊娠～産後1年までの必要な情報やアドバイスを詰まった「ふたご手帖」をお渡しています。

「ふたご手帖」では、多胎妊娠の経過や注意点などの医学的なことや育児の工夫を、イラストを交えてわかりやすく説明しています。妊娠週数に合わせたチェックリストもありますので、ご家族と一緒に確認していただけます。





松江市多胎妊婦健康診査費用の払い戻し

多胎妊娠に伴い、妊婦一般健康診査受診票14回分を超えて自費で妊婦検査を受診した費用の一部または全部を助成します。



【助成額】

妊婦一般健康診査1回につき上限5,000円を5回まで助成します。
申請方法等の詳細は、松江市ホームページをご覧ください。

松江市多胎児養育家庭サポート事業



ふたごちゃん・みつごちゃんを妊娠・子育てしている妊産婦さんのご家庭へサポーターを派遣し、外出時の補助や日常の家事・育児をお手伝いします。

※事前申込必要

利用できるサービス	<ul style="list-style-type: none"> ・利用する人の自宅で、家事・育児の支援 ・病院受診や健診など外出時の付き添い、外出先での支援など
対象者	松江市に住所がある <ul style="list-style-type: none"> ・多胎妊婦（出産予定日の12週前から） ・3歳未満の多胎児を養育する家庭
利用できる日	12月29日～翌年1月3日までを除く日
利用時間	午前7時から午後9時まで（1時間単位）
利用限度	1家庭あたり延48時間/年 （みつご以上の家庭は延96時間/年）
利用料金	無料
申込方法	利用申請書兼同意書（様式1）をこども家庭支援課へ提出（直接窓口にお持ちいただくか、郵送、FAX、メールのいずれかの方法でも可能）
利用までの流れ	申請書をこども家庭支援課へ提出する→こども家庭支援課から決定通知書が届く→利用者から直接利用する施設へ連絡し利用を依頼する ※決定通知書が届くまでに日数がかかりますので、余裕を持って申請をお願いいたします。
お問い合わせ	【こども家庭支援課】 住 所：松江市乃白町32番地2 松江市保健福祉総合センター内（松江市立病院隣） 電 話：（0852）60-8155 FAX：（0852）60-8160 メール：kosodatehoken@city.matsue.lg.jp

相談窓口

※詳しくは、妊娠届出時にお渡しした「こそだて手帳」をご覧ください。

相談事業	松江市の 相談窓口	連絡先	
保健師による相談 ◆来所相談(要予約) 月～金（開庁日のみ） 8：30～16：30 ※ご希望によりお子様の体重測定を行います。 ◆電話相談 月～金（開庁日のみ） 8：30～16：30	健康推進課	(0852)	60-8154
			60-8156
	鹿島支所 市民生活課		55-5706
	島根支所 市民生活課		55-5726
	美保関支所 市民生活課		55-5746
	八雲支所 市民生活課		55-5766
	玉湯支所 市民生活課		55-5786
	宍道支所 市民生活課		55-5806
	八束支所 市民生活課		55-5826
	東出雲支所 市民生活課		55-5849
各子育て支援センターでの相談 ◆来所相談 各子育て支援センター開所日 ◆電話相談 月～金（開庁日のみ） 8：30～16：30 ◆メール相談	※各子育て支援センターによって開所日が異なります。各施設にお問い合わせください。 こども家庭支援課 【連絡先】 (0852)60-8140 【メール】 kosodate@city.matsue.lg.jp		



集団乳幼児健診時のサポート



集団乳幼児健診（4か月児・1歳6か月児・3歳児健診）の際に、会場でのサポートが必要な場合は、左記の「**松江市多胎児養育家庭サポート事業**」をご利用いただき、サポーターによる乳幼児健診時のお手伝いをお願いすることができます。

また、すでにこの事業をご利用の方で、利用限度時間を超過される場合は、別途サポーターを調整しますので、健診の2週間前までにこども家庭支援課（電話0852-60-8155）までご相談ください。

交流事業

ふたごちゃん♪みつごちゃんのつどい



ふたごちゃん・みつごちゃんの子育てをしているパパ・ママたちが集まって、こどもと一緒に遊びながら交流できる場です。

対 象：多胎児とその家族、多胎児を妊娠中の方とその家族

場 所：松江市保健福祉総合センター

お問い合わせ：子育て支援センターあいあい 電話 (0852) 60-8143



松江市子育て自主サークル

松江ふたごみつごの集い さくらんぼ

松江市周辺でふたごみつごの子育てをしているママパパが対象です。子育ての悩み相談をしたり、集いの情報等をご提供しています。

ご登録は、「LINEオープンチャット」より⇒



その他関連情報

- 一般社団法人日本多胎児支援協会
(<https://jamba.or.jp/>)



- 多胎育児のオンラインコミュニティ - NPO法人つなげる
(<https://tsunagerunpo.com/lp/online-community/>)



一般社団法人 日本多胎支援協会®より、ふたごちゃん・みつごちゃんを育てておられる方へ役立つ動画が公開されています。

お時間があるときに、のぞいてみてください♪



〈発行元〉松江市こども子育て部こども家庭支援課

住 所：松江市乃白町32-2（松江市保健福祉総合センター内）

電 話：0852-60-8155

メール：kosodatehoken@city.matsue.lg.jp