



利用できるサービス・制度のご紹介

寝屋川の
ふたご・みつごちゃん
ママ・パパ限定もあり!



相談をしたいとき

○ MY CITY助産師訪問

対象：多胎児妊婦と生後1歳未満の児
内容：妊娠中や育児を行う中での気になることや
困りごと等の相談
方法：電子申請（市ホームページから）

○ 地区担当保健師への相談 （電話・面談・訪問）

対象：多胎児妊産婦とその家族
内容：育児に関する相談
問合せ先：子育て支援課（072-800-7079）



交流できるところ

○ 多胎児家庭交流会

～ふたごちゃん・みつごちゃんのパパ・ママ集まれ～
対象：多胎児妊娠中または子育て中の方
内容：助産師やピアサポーターも交えてみんなで交流
悩み相談や情報交換もできる！（3回/年）

方法：開催月にねやCoCoアプリで申込

問合せ先：子育て支援課（072-800-7079）

○ 双子・多胎児交流会「びーなっつ」

対象：ふたごちゃん・みつごちゃんのパパ・ママ
内容：みんなで交流！先輩ママのお話も聞ける（1回/月）
方法：予約不要（駐輪場を利用する場合は事前連絡を）

問合せ先：寝屋川めぐみ園子育て支援センター
（072-833-3301）

○ 産後ケア

- ・ショートステイ（短期入所）
- ・デイサービス（通所）
- ・アウトリーチ（居宅訪問）

対象：1歳未満の乳児とその母

方法：電子申請（市ホームページから）

※ 対象施設や費用等の詳細はホームページを
確認

○ 育児援助・家事援助ヘルパー派遣

対象：出産予定日2か月前から生後6か月以内の
おさんがいる（親族等の支援がない）家庭
内容：家事・育児負担を軽減するためのヘルパー派遣
方法：電子申請（市ホームページから）
費用：400円/時間（2時間/日、全30回まで）
問合せ先：子育て支援課（072-800-7079）

外出のサポート

○ タクシー乗車券の交付

対象：0歳児から3歳児の多胎児を養育する家庭
内容：1家庭当たり年間2万円のタクシー券を交付
方法：対象者へ送付される申請書から申込（電子申請）
問合せ先：子育て支援課（072-800-7091）

○ ファミリー・サポート・センター

対象：0～12歳までのおさんがいる保護者
内容：保護者の通院や買い物時などの
一時的な預かり
方法：説明会の受講と面談
費用：平日1時間700円
土日祝は1時間800円
問合せ先：リラット（072-839-8817）

ちょっと休憩したいとき

○ 一時預かり事業

対象：就学前のおさんがいる家庭
内容：こども園やリラット等での一時保育
方法：実施施設へ問合せ
費用：3歳未満1日3,000円、半日2,000円
3歳以上1日2,000円、半日1,300円
リラットは時間制

実施施設：

本町こども園、寝屋川めぐみ園、ゆりかごこども園、神田
保育園、打上保育園、あやめ保育園、大阪聖母保育園、
エールこども園、リラット

※リラットでの一時預かり事業は令和8年4月から「こども図書館+
plus」へ移転します。

他にも支援センターや集いの広場など、
いろいろなおさんやママ・パパたちと
出会う場所がいっぱい！



イラスト提供：NPO法人つなげる『多胎支援フリーイラスト素材』

令和8年3月作成

寝屋川市こども部子育て支援課（072-800-7079）