

杉並子育て応援券・ゆりかご券 ご利用のご案内

NPO 法人マドレボニータは、杉並子育て応援券対象事業における「2.親（妊婦含む）をサポートするサービス」のうち「産前・産後のからだを動かす講座」を提供する事業者として登録されております。杉並子育て応援券、ゆりかご券の利用をご希望の方は、下記をご一読の上で教室申込フォームからお申込みください。

【参考】応援券で利用出来るサービスについて（杉並区）

<http://www.city.suginami.tokyo.jp/guide/kosodate/ouenken/1020155.html>

■対象教室：下記教室の受講料お支払いにご利用いただけます。

【マタニティケア教室（吉祥寺）】

1回120分×3回のコースで行う、妊娠中の方のためのセルフケア教室です。

お産に向けての体力作りに、産後生活の準備、パートナーとのコミュニケーションなど、妊娠中に身につけておきたいことを学びます。

【産後ケア教室（吉祥寺・吉祥寺（金）・高円寺・東高円寺・中野）】

1回120分×4回のコースで行う、出産した女性のためのセルフケア教室です。

産後の体を回復させるための有酸素運動と、大人同士のコミュニケーションを通じて、母となった女性が心もからだも元気になっていくことを目指したプログラムになっています。

【バランスボール／ウォーキング教室】

各50分1回完結、妊娠中～産後1年程度の方に向けたバランスボールエクササイズとウォーキングのレッスンです。

■利用対象者：杉並子育て応援券・ゆりかご券をご利用いただける方は下記の通りです。

【マタニティケア教室】

妊娠20週以降の方

【産後ケア教室】

1ヶ月健診後、産後210日まで（4回コース最終日に産後210日以内）で、赤ちゃんと一緒にご参加の方

【バランスボール／ウォーキング教室】

妊娠20週以降の方、及び1ヶ月健診後、産後210日以内で赤ちゃんと一緒にご参加の方

■受講料及び利用上限：教室により異なりますのでご注意ください。

【マタニティケア教室】（120分×3回コース）

教室名	受講料	利用上限額
吉祥寺	12,420円	10,000円

上記受講料には消費税と障害保険料（90円）を含みます。

【産後ケア教室】（120分×4回コース）

教室名	受講料	利用上限額
吉祥寺	21,840円	15,000円
吉祥寺（金）	15,360円	12,000円
東高円寺	15,360円	12,000円
高円寺	12,660円	10,000円
中野	12,660円	10,000円

上記受講料には消費税と障害保険料（240円）を含みます。

【バランスボール／ウォーキング教室】（各50分 1回完結）

教室名	受講料	利用上限額
バランスボール	2,000円	1,500円
ウォーキング	2,000円	1,500円

上記受講料には消費税と障害保険料（60円）を含みます。

■利用方法：

【産後ケア教室】 【マタニティケア教室】

1. 各教室申込フォームの「自治体補助（子育て応援券など）」の項目で「杉並子育て応援券」を選択し、ご利用希望金額をご記入の上でお申込みください。
2. 子育て応援券・ゆりかご券ご利用額を差し引いた受講料（税・障害保険料含む）を事前に指定口座へお振込ください。金額及び振込先については別途メールにてご案内いたします。
3. 教室初日に子育て応援券・ゆりかご券（ご利用希望額全額）を講師にお渡しください。

【バランスボール／ウォーキング教室】

1. 各教室申込フォームの「自治体補助（子育て応援券など）」の項目で「杉並子育て応援券」を選択し、ご利用希望金額をご記入の上でお申込みください。
2. 教室開催日に子育て応援券・ゆりかご券及び現金にて受講料をお支払いください。