



多胎育児支援活動

杏林大学保健学部看護学科看護養護教育学専攻

場家美沙紀 佐々木裕子 鈴木朋子 山内亮子 長谷川和子

活動の概要・目的

本活動の目的は、①多胎妊娠中の妊婦とその家族、多胎育児中の家族が多胎妊娠・出産・育児に関する情報を得ること、多胎育児特有の不安や問題を解決する機会を得ること、②多胎児の親同士の交流の場を提供することである。大学と付属病院総合周産期母子医療センター、多摩地区の多胎サークル、地域の多胎育児を行っている先輩保護者の協力を得て実施し、2020年度よりCovid-19の影響からオンラインでの活動にも取り組んできた。

活動①. 多胎育児準備クラス

【実施内容】

1. 対象者：多胎妊娠中の妊婦とその家族
2. 活動日時：1回2日間コース(10:00~12:00)
 - ・第1回 2023年6月10日(土)、17日(土)
 - ・第2回 2023年9月16日(土)、28日(土)
 - ・第3回 2024年1月20日(土)、27日(土)
3. 活動方法：オンライン開催
4. プログラム
 - ・1日目 講義「多胎妊娠・出産の基礎知識」
杏林大学医学部付属病院産科医師
講話「先輩ママパパの体験談」
 - ・2日目 講義「多胎妊娠から育児期までの生活」
杏林大学医学部付属病院助産師
GW「先輩ママパパとの情報交換」



【実施結果】

1. 参加者
 - ・第1回…10組+先輩ママパパ4名
 - ・第2回…10組+先輩ママパパ4名
 - ・第3回…14組+先輩ママパパ5名
- 2.参加者の声



◆医師/助産師の講義の感想

- ・入院時期など具体的な数字をもって説明があり分かりやすかった。
- ・実際に色々と情報が溢れている中、お話を改めて聞くことで情報の整理ができた。

◆先輩ママパパの体験談/情報交換の感想

- ・先輩ママパパのリアルな経験を聞いて良かった。
- ・夫と話し合う機会が出来て良かった。
- ・期待と現実のギャップが知れて良かった。



活動②. ツインズマーケット

【実施内容】

1. 対象者：多胎妊娠・育児中の家族
2. 活動日時：2024年3月2日(土) 13:00~16:00
3. 活動方法：対面開催(一部、オンデマンド配信あり)
4. プログラム
 - 13:00 開会・オリエンテーション
 - 13:10~ 講演会「お楽しみ」
講師：噺家 柳亭こみち 氏
 - 14:40~ 情報交換会(フリートーク)
 - 16:00 閉会



2.実施内容及び参加者の声

- 講演会：
二児の母として落語会初の真打昇進を成し遂げたご自身のエピソードも交えながら、育児の日常を楽しい笑いに変えて、お話しがあった。

◆参加者の感想



- ・落語の厳しい世界で妊娠、出産、子育てしながらここまでの地位にこられたのはとてもすごいなと同じ女性として尊敬し、応援したいなと思いました。自分も育児と仕事の両立頑張ろうと励みになりました。

- 情報交換会：
3つのグループに分かれて、実施した。ママグループでは、きょうだい児との関わり方や妊娠中に準備しておくこと、保育園のこと等、パパグループでは、ママの精神的支援が欠かせないこと、いくら頑張っているママも大変だから支えてあげてと言われて辛いこと等が話題になり、日頃の悩みや疑問を共有し、支え合う時間となっていた。

【実施結果】

1. 参加者
 - <対面参加>
 - ・講演会：多胎妊娠・育児中の家族14組22名
 - ・情報交換会：多胎妊娠・育児中の家族10組15名
 - ・杏林大学教員5名、学生ボランティア29名、その他4名
 - <オンデマンド配信> 多胎妊娠育児中の家族6組



◆学生ボランティアの感想

- ・多胎育児でお母さんお父さんが抱えている悩みを知ることができ、今後どのように支援していくべきなのか考えたいと感じた。
- ・子育ての大変さを感じました。それと同時に、子どもと触れ合う喜びを改めて感じる事ができました。
- ・年齢によって異なる子どもたちを実際に見て、子どもの発達についてより深く学ぶことができた。今までになかった視点を今回参加することで得ることができ、とても学びになった。



まとめ

今年度は、4年ぶりに対面でのツインズマーケットを開催することができた。オンラインでの活動で制限されがちであった多胎児の親同士の交流の場を対面で持つことができ、お互いの顔を直接見て、交流することの重要性を改めて実感する機会となった。今後も多胎妊娠育児中の家族同士の繋がりを深め、育児の孤立を防ぐことができるよう多胎妊娠・出産・育児に関する情報発信、親同士の交流の場の提供等、多胎育児支援活動を継続していきたい。