

多胎育児家庭、多胎当事者と協働する多胎育児支援(ツインズマーケット)

杏林大学保健学部看護学科看護養護教育学専攻
鈴木朋子 佐々木裕子 場家美紗紀 山内亮子 長谷川和子

1. はじめに

多胎児家庭は、妊娠期から育児期にかけて負担が大きく、孤立しやすいという課題を抱えている。特に、同時に複数の子どもを育てることによる育児負担や情報不足は深刻であり、安心して子育てができる環境づくりが求められている。そこで今回は、「つながる！広がる！多胎育児の未来」をテーマに、3名の講師を迎えたシンポジウムと参加者同士の情報交換会を実施した。当事者がつながり、経験を共有し、未来をともに考える場として企画したものである。

2. 活動目的

本活動は多胎児(ふたご・みつご)を育てる家庭が、多胎育児に関する情報収集、不安や問題の解決、および親同士の交流を得ることを目的とした、大学を基盤とする支援活動である。主な目的は以下の3点である。

- 1)多胎育児に関するリアルな経験や知識を共有し、参加者が自身の育児を振り返り、安心感や希望を得ること。
- 2)当事者・家族・支援者が対話を通じて、多胎家庭を取り巻く社会資源や支援体制の現状を理解し、今後の支援のあり方を考えるきっかけとすること。
- 3)多胎家庭同士がつながり、継続的な相互支援の関係を築くための場を提供すること。

これらの目的は、多胎家庭が抱える課題の解決に向けた基盤づくりとして重要であり、単発のイベントにとどまらず、継続的な支援活動の一環として位置づけられ、今回20回目の開催となった。

3. 活動結果

1)参加者概要

大人	42名
子ども	48名
講師	3名
保健学部教員	6名
地域支援者	2名
ボランティア 学生	32名
計	133名

- ・参加者は、多摩地域を中心に28家族(父親14名、母親27名)が集まった。
- ・本学学生がイベント開催中に委託保育ママ3名の支援のもと、保育のボランティアを担当した。
- ・また、5歳児以上を対象に華道部学生による「生け花体験教室」を実施した。



2)活動内容

今回は「つながる！広がる！多胎育児の未来」をテーマに、3名の講師を迎えてシンポジウムを実施し、その後、参加者同士の情報交換会を行った。

(1)シンポジウム

多胎育児支援者、多胎育児当事者、そしてふたごとして育った多胎当事者の3名を講師に迎え、多様な立場から経験を共有した。多胎育児の大変さだけでなく、支援活動の実際や、当事者がどのように育ち関係性を築いてきたかといった視点は、参加者に新たな気づきをもたらした。参加者からは、「励みになった」「自分の経験を次の人の力にしたい」といった前向きな声が寄せられたほか、「当時の感情がよみがえった」「みんな大変な時期があると知って気が楽になった」といった共感の声も多かった。また、「経験のリフレクションやソーシャルアクションの重要性を感じた」「多胎家庭向け両親学級の必要性を実感した」など、多胎育児の現状と課題を多面的に理解する機会となった。特に、多胎当事者として育った講師の話は、「未来の姿をイメージできた」「子どもたちの成長が楽しみになった」と大きな励ましにつながった。

(2)情報交換会

情報交換会では、小グループに分かれて自由に意見交換を行い、途中でグループをシャッフルすることで、より多くの参加者が交流できるよう工夫した。参加者からは、「同じ月齢の話が聞けて安心した」「先輩ママの話で成長のイメージが持てた」「同じ境遇のお父さんと話せてよかった」など、交流を通じた安心感や学びが語られた。一方で、「時間が短かった」「同年代の人ともっと話したかった」といった改善点も挙がり、今後の運営に向けた重要な示唆となった。情報交換会は、経験を共有し孤立感を軽減する大きな役割を果たし、特に父親同士のつながりが生まれたことは、多胎家庭支援の新たな可能性を示している。

4. 達成状況

本活動は、当初の目的に対して以下の点で十分に達成されたと評価できる。

- ・多胎育児のリアルな経験共有が実現し、参加者の心理的負担の軽減につながった。

多くの参加者が「気持ち楽になった」「励まされた」と回答しており、当事者同士の共感が大きな支えとなった。

- ・多胎家庭を取り巻く社会資源や支援体制の課題が明確になった。

両親学級の不足や支援の不十分さに関する意見が複数寄せられ、今後の支援体制の改善に向けた重要な示唆が得られた。

- ・当事者同士のつながりが生まれ、継続的な交流のきっかけとなった。

情報交換会では、同じ境遇の仲間と話せたことに価値を感じる参加者が多く、今後のコミュニティ形成にもつながる成果が得られた。

- ・ふたごとして育った当事者の肯定的な声が、多胎育児に悩む参加者の励みとなった。

当事者の話は貴重で定期的に聞きたい、といった意見や、子どもたちの未来を前向きに捉えるきっかけとなり、育児への意欲向上につながった。

- ・参加者の満足度が非常に高かった。

ほぼ全員が「満足」と回答しており、内容・運営ともに高い評価を得た。

5. 学生への教育的効果

本活動は本活動には大学生が保育ボランティアとして参加し、会場準備や託児補助を担った。多胎児家庭と直接関わる機会は学生にとって限られており、複数の乳幼児を同時に見守る難しさや、多胎家庭が日常的に抱える負担の大きさを体験的に理解できたことは大きな教育的効果となった。学生からは、発達段階の違いを実際に観察できたことや、乳幼児への対応を実践的に学べたこと、双子育児の大変さを実感したことなどの振り返りが寄せられ、支援者としての姿勢やコミュニケーションのあり方を考える契機となった。こうした経験は、将来、看護や保健学分野に進む学生にとって現場理解を深める貴重な学習機会となり、活動運営への貢献だけでなく教育的意義も大きかった。

6. まとめ

本活動は、多胎児家庭が抱える課題に寄り添い、当事者・家族・支援者が共に学び合う貴重な機会となった。シンポジウムでは多胎育児のリアルと希望が語られ、情報交換会では参加者同士がつながり、互いの経験を共有することで安心感と前向きな気持ちを得ることができた。寄せられた意見からは、多胎家庭への支援の必要性が改めて明確になり、今後の活動に向けた課題と方向性が示された。特に、両親学級の充実、父親支援の強化、当事者同士の継続的な交流の場づくりは、今後の支援活動において重要なテーマとなる。

今後も、多胎家庭が孤立せず、安心して子育てができる社会の実現に向けて、継続的な支援と交流の場づくりが求められる。本活動で得られた学びとつながりを基盤として、より充実した支援活動を展開していきたい。