



さが多胎ネット通信

～体験談・今後の予定版～

令和7年4月発行

- ◆問い合わせ さが多胎ネット
- ◆代表 中村 由美子
- ◆所在地
佐賀市本庄町大字 1313 番地
佐賀女子短期大学内
- ◆携帯 090-8626-2535
- ◆メール
sagatatainet@gmail.com
- ◆ホームページ
<https://sagatatai.net>

はじめに

令和7年度がスタートしました。さが多胎ネットは発足して7年目を迎えます。

昨年度は、さが多胎ネットの活動の原点である「双子・三つ子サークルグリンピース」の20年目を記念して、「20周年グリンピース祭り」を開催しました。これまでの会員みなさんに連絡したところ、約40家族、延べ人数120人の参加がありました。

グリンピース祭りが終わって、振り返りながら、「多胎の絆は最強だなあ～」とあらためて思いました。それぞれ多胎児育児が大変な中、グリンピースで仲間と出会い、自分はひとりじゃないと思えたからこそ、踏ん張ることができたのだと思います。グリンピースはその出会いのきっかけを作っただけですが、祭りの当日は、まだ小さい多胎の子どもたちから、もう成人した多胎の親までが一堂に会し、時間を共有できたことは、本当にすごいなあ～と思えました。

そして、佐賀県の多胎家庭を支援する団体として発足した「さが多胎ネット」では、自身は多胎の親ではなくても、多胎の支援の必要性を感じて一緒に活動をしてくれる仲間と共に佐賀県の多胎支援を行っています。これはもう奇跡だと思います。

私がこのような活動を続けることができたのは、そのとき、そのときの、素敵な仲間がいたからです。仲間と出会えた奇跡に心から感謝しています。

これからの多胎家庭のみなさんにも、双子や三つ子の子どもたちの親で良かったと思ってくれますように願っています。

では今年度もどうぞよろしくお願いいたします。



さが多胎ネット 代表 中村由美子

多胎児のママたちがそれぞれの出産・子育て体験談を綴っています。

今回は双子の先輩ママ、Sさんです

「双子は5年生になりました」

我が家の子どもたちは、双子を基準にいうと姉・双子男子・弟の4人。双子が生まれたとき、姉は三歳。でも正直言うとあの頃のつらい記憶もかわいかった記憶もないのです。

さて、双子と甘えたい盛りの姉を育てていた当時のことはさっぱり覚えてはいませんが、我が家にはあるのです。その記憶の断片を埋めてくれる詳細な育児記録というもの。我が家は核家族。育児で頼れるのは夫のみというスタイル。なんとか生活を回すにはどうすればいいのか？結果、双子がお世話になった病院の環境に近づけようという結論に至りました。夫の提案により、ちょっとした交代制をとり入れたのです。昼間、夫は仕事ですから双子の世話は私がします。夜の二十一時に最後のミルクを私が担当し、ここで夫と交代します。双子は夜中二時にミルクを飲み、朝まで起きないこともあります。また、母乳は無理と早々にあきらめて完全ミルクに移行。この交代制導入の時、不可欠なのが情報共有です。育児記録の出番です。A4の紙に二人分の記録が三日分ほど記録できるようになっていて一日の二人の状態が一目でわかるようになっています。ミルクの量、時間、おむつ替えの時間(尿が便か)、などを記録し、夫と情報共有しました。お互いそれを見て、ミルクはこれくらいだとぐっすり寝ているな、など戦略を練る材料ともなっていました。一人がミルクを欲しがって起きると、もう一人も起こしてミルク時間を一緒に。ここで「ぐっすり寝ているんだし、起こすのもきついな。寝せておこうかな」と、自分の誘惑に負けてしまうと、忘れたころにもう一方が起きてミルクを欲しがり、すべてがずれずれになって、その後数日苦しむことになるのです。この頃、もうとにかく生活を回すことが第一！「キラキラした子育て」とは無縁の「作業をこなす」といった言葉がぴったりの日々でした。しかし、この夜の交代制導入により、予期せぬ副産物もありました。それは私と姉が二人でゆっくりと過ごす時間。その時間で愛情をしっかりと伝え、結果、成長した今も弟たち大好きな姉、面倒見の良い姉となってくれました。

そういえば、双子の入浴は1歳7ヶ月まで、台所のシンクに入れるタイプのベビーバス。主人が帰ってきていないときに一人で姉と双子を風呂に入れるとかなりの神経と体力を消耗しますから、易きに流れ、月日が過ぎてしまった感も否めません。最後のころは結構大きくなっていましたので、ビチビチ暴れられると猪の子を洗っているようでした。心配はしました。「この子たちは普通の風呂に入ることができるだろうか…？」いよいよ風呂デビューの日、待ってましたと言わんばかりに、二人は嬉々として風呂に入っていました。

今回、忘れた記憶を取り戻すため、育児記録を読み返し、当時の動画を見返し、あの頃の子どもの可愛さをもっと堪能しておきたかったと後悔の念を感じる一方、ふとそばには小学五年になった双子、中二の姉、小三の弟が思い思いの姿で過ごしている。なんでもないこの時間はなんと幸せなことか！双子育児の大変さは忘れたけれど、子どもたちの「今」はしっかりと心に感じようと誓うのでした。



★ さが多胎ネット 今後の予定 6月～7月 ★



月	日	予 定
6月	8日(日)	多胎児育児講座(出張サロン)唐津市
	17日(火)	多胎児育児講座(出張サロン)佐賀市
	22日(日)	多胎妊婦ファミリー教室(オンライン)
	29日(日)	スキルアップ研修会
7月	8日(火)	多胎児育児講座(出張サロン)鳥栖市

★ 各サークル 今後の予定 4月～7月 ★

《グリーンピース》



月	日	予 定
4月	15日(火)	おしゃべり会
5月	20日(火)	ゆめ・ぼけっとサロン
6月	3日(火)	おしゃべり会&おゆずり会
	17日(火)	さが多胎ネット出張サロン
7月	1日(火)	おしゃべり会
	15日(火)	ゆめ・ぼけっとサロン

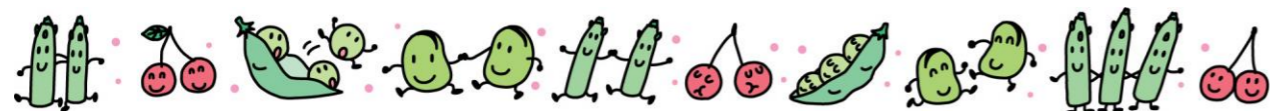
- ・時間 10:15～11:40
- ・会費 1家族100円
- ・場所 ほほえみ館4階
軽スポーツ室
- ・問い合わせ
こども健康課
TEL 0952-40-7282

《えだまめクラブ》

4月	22日(火)	おしゃべり会として多胎育児の 情報交換会、保健師さんとの 相談会、絵本の読み聞かせ ママさん癒しの会(託児付き) などを行います (変更になる場合もあります。)
5月	20日(火)	
6月	17日(火)	
7月	8日(火)	

- ・時間 10:30～12:00
- ・会費 1家族につき100円
- ・場所 鳥栖市児童センター
よちよちルーム
- ・申し込み 当日可
- ※事前申し込みが必要な時もあります
- ・問い合わせ 鳥栖市児童センター
TEL 0942-85-3616

各サークル、感染症の感染状況により、中止または延期になっている場合もあります。一度各サークルへお尋ね下さい



《武雄市子育て総合支援センター多胎児子育てサロン(武雄市)》

●臨時開催にて実施

実施時期については、武雄市子育て総合支援センターへ確認をお願いします。

- ・対象 多胎児を妊娠中の方(家族を含む)
多胎児を子育て中の方
多胎児を育てた経験者の方
- ・問い合わせ 武雄市子育て総合支援センター
TEL 0954-36-3700

《伊万里市子育て支援センターぽっぽ》

☆多胎児さんの広場(伊万里市)

「そらまめ広場」を毎月一回行っています。

わくわく広場「そらまめ広場」

日時・毎月第1火曜日 10:00～15:30

※ランチタイムも、ご利用頂けます。

※そらまめ広場だけでなく、その他の広場の参加も可能です。

・問い合わせ

伊万里市子育て支援センターぽっぽ

TEL 0955-23-5197

《唐津多胎児サークルピーなっつ(唐津市)》

6月8日(日) さが多胎ネット出張サロン

場 所 : 唐津市子育て支援情報センターりんく4階

時 間 : 10:00～11:30

費 用 : 無料 予約不要



※その他不定期開催にて実施

実施については、インスタにてお知らせいたします。

・問い合わせ インスタグラム: karatsu_tatai

