



いしかわ多胎ネット ニュース・レター

No.2 2007年6月



会長あいさつ・総会報告



おかげさまで「いしかわ多胎ネット」も三年目に入りました。その間のみなさまのご理解とご協力もありまして、「いしかわ多胎ネット」の認知度は、保健センターや育児支援関係者等において次第に高まってきたと感じています。また、昨年度より参加しています「多胎育児支援地域ネットワーク構築事業」（独立行政法人福祉医療機構助成事業）等を通じて、徐々にではありますが、ご苦勞を重ねながら妊娠・出産・育児を経験されていらっしゃる多胎家族のサポートにも力を発揮しつつあると思います。この「多胎育児支援地域ネットワーク構築事業」の主要な事業であるピア・サポート事業によって、サポートを受ける多胎家族だけではなく、サポートに伺う多胎育児経験者自身がエンパワーされるということも期待されています。また、毎年行っている講演会・交流会を石川県のそれぞれ三地域（能登、加賀、金沢）で開催し、一人でも多くの多胎家族と交流したいと思っておりますし、日常の活動を通じ、地域の育児サークルのサポートにも努力して行きたいと望んでおります。

新しい年度の「いしかわ多胎ネット」の活動にご期待いただきますとともに、ぜひみなさまの積極的なご参加、ご協力をお願いいたします。

志村 恵

【「いしかわ多胎ネット」2007年度総会報告】

日時：2007年5月13日午後1時より

場所：石川県生涯学習センター

- 議 事
- (1) 2006年度事業報告および決算（監査報告を含む）承認の件：可決
 - (2) 2007年度事業計画案（役員案を含む）および予算案承認の件：可決
 - (3) その他（会員意見陳述など）

講演会のご案内 2007年8月25日

能登地区で講演会を行います。「ふたごの絵本、ふたごの気持ち」（志村）、「ふたごの健康管理」（大木）、「先輩ママの体験談」（橘）の講演と、お互いに悩みや楽しみを話し合える交流会を開催します。

日時：2007年8月25日（土）午後1時から

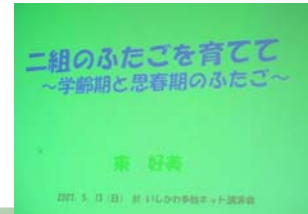
場所：能登空港ターミナルビル 4F 生涯学習センター

託児もありますので、皆様ぜひおこし下さい。

東好美さんの講演会の感想（2007年5月13日いしかわ多胎ネット講演会報告）

富樫誓子（てんぼなキッズ）、玄田朋恵（Pキッズクラブ）

18歳（女女）と12歳（男男）の二組のふたごの楽しい育児経験談・・・とても楽しく元気のお話でした。お話の中では、ふたご当事者の娘さんのレポートが紹介されました。ふたごは、小さい頃は区別してもらえないことや比べられることを嫌がりますが、大きくなると、ふたごであることを嬉しく感じ、相方が好きでお互いが一番の理解者となるそうです。小さい頃は喧嘩ばかりでも関係は変化していきます。また、「平等」というお話もでした。小さい頃は同じ物を欲しがりますが、成長するとそれぞれ欲しいものが違ってきます。量より質的な満足感を求めるようです。親が思う平等と、子供が感じる平等とは違うようです。思春期になると、一人一人と向き合い話を聞く時間が必要です。それぞれの気持ちが受け止められることで「平等」という満足感を感じます。「子育て」といいますが、子供は勝手に大きくなります。子が育つ「子育て」の中で、親が育てられているのです。お母さんが元気でなければ、家庭の中は元気になりません。悪いストレスはどんどん発散することです。とにかく悩みをためない。話を吐き出す。そして、お母さんの楽しみを作ることです。『ふたごのお母さんは選ばれたお母さん』ですよ。



結婚記念日を東家の誕生日として祝っている、子煩悩な父親の姿が想像される、暖かいダブルツインズファミリーの様です。

トイレには、幼い頃のツインズたちのスナップ写真がコルクボードに何枚も貼られ、母は「ホンマ、腹立つなあ～、一人で大きくなった様な顔をして～」と思う時も、このスナップ写真が**オマジナイ**になって両親や子供たちを優しい気持ちにさせてくれている。試してみられては皆さん！☀️

東さんも1回目のふたご育ては、毎日毎日一時間おきに泣く子供たちにミルクを飲ませ、家の中でモンモンとした育児をしていたら、育児ノイローゼになり、泣く子供たちを両手にかかえ、ベランダに出た時、この両手を離したら、私は楽になれると思うところまで悩み、途方に暮れた！☆それを救ってくれたのは☆同じ立場のママとの文通だった。手紙のやり取りを始めたら、肩の上に乗っていた大きな物がとれた感じがしたそうです。皆さんも仲間を持つ、共感しあうことが必要なのでは。



ふたご育ては本当にストレスがたまります！ストレス発散は、子育てする中で大切です。私は、大きな声で好きな曲を、車の中で歌う、お風呂の中で半身浴しながら、読書を楽しんでいる。皆さんも自分流のストレス発散を。

男女のちがいは？

女の子の方が1年半くらい成長が早い感じですが、男の子が男の子にしかない病気をしたりしている。

男女のふたごで男の子が、男の子を意識し、女の子が女の子を意識するのは？
どうもその家の中のスキンシップや父親、母親の姿にもよりますが、中学生ぐらいからでしょうか。

小さい頃は何でも二人分、そこは私も二人いるから、二人分と思って、頑張った。そこは「お母ちゃん、頑張って」。

大きくなってくると、量より質的な平等を考えるようになる。子供たちが感じる満足度のちがいを思う。ふたごが思うふたごたちの気持ちを聞いてみる。そして、できれば一人一人と話をする場面を作り、一人一人の気持ちを聞いてあげることが大切だと思います。個々を認めながら、バランス良くでしょうか。

WAM ピアサポート事業の説明

志村 恵

多胎児のご家庭、特にお母さんを、多胎育児の経験者が訪問する「ピアサポート事業」が福祉医療機構の助成を受け、本年6月から10月までの間、試行されます。いしかわ多胎ネットもぎふ多胎ネット、ひょうご多胎ネットとともにこの事業に参加いたします。

この事業の特徴は三つあります。一つ目は、多胎の妊娠・出産・育児の経験者が「ピア・サポーター」として活躍することです。多胎の妊娠・出産・育児には、経験した人でなければわからないさまざまな困難さがあります（もちろん楽しさもですが）。ですから、丁度今妊娠・出産・育児で不安や困難さを覚えている方々にとっては、そうした思いを理解してくれる経験者の寄り添いは大きな励みになりますし、それによって心の余裕が与えられます。二つ目は、多胎の家庭を訪問するということです。苦勞している方々の側にこちらから出向いてサポートするのです。三つ目は、家事・育児支援ではなく精神的な寄り添いに主眼が置かれているということです。多胎の妊娠・出産・育児を経験した方々のその経験は、なによりも苦勞している方々の苦勞やつらさを聞いて差し上げ、共感することにおいて一番発揮されるからです。また、これによって逆にサポーター自身の苦勞が報われ、その経験が有意義なものとして自覚されるのです（サポーター自身のエンパワー）。

いしかわ多胎ネットは、こうしたサポート活動をするピア・サポーターの養成講座を5月29日に行いました。この研修においては、多胎の妊娠・出産・育児について大木さん（石川県立看護大学）からレクチャーを受け、志村（金沢大学）から傾聴のスキル訓練を受け、南さん（石川県子ども政策課）から石川県で利用できる社会的資源についての説明を受けました。参加した方々は、多胎育児サポートネットワークのピア・サポーターとしての認定を受けました。10月まで要請があったご家庭に順次派遣されます。

県内の多胎児家庭へのサービス情報・・・その1

山岸 和美

二人っ子・三人っ子のママのつどい

平成19年3月から白山市で多胎妊婦のつどいが開催されるようになりました。

「このつどいをきっかけにお互い励ましあって妊娠期間を過ごし、出産後も情報交換でき、心強い仲間ができた」という声も聞かれました。



日時：奇数月（5月・7月・9月・11月・1月・3月）の第3火曜日

10:00～11:30

場所：白山市子育て支援センター げんきっこ

対象：白山市内在住の多胎妊婦

内容：座談会およびミニ講座（助産師）

多胎妊婦の交流

多胎妊娠中の過ごし方について

☆お問い合わせ・参加申し込み

石川中央保健福祉センター 健康推進課 宮本 Tel: 076-275-2250



多胎育児サークル紹介・・・その1 ピーナッツ・キッズ・クラブ

設立年：平成8年（1996年）春

会員数：40組ぐらい

主な活動地域：南加賀地域

連絡先：中野すみよ Tel/Fax：0761-44-3946



● Pキッズ設立の誕生について ●

当時、児童センターに“双子の会”として何組かの親子が遊びに来ていました。その時の館長さんから、「子育て支援を受けたらどうか」と言う話があり、みんなで、名前を“ピーナッツ・キッズ・クラブ”と決めました。それが、平成8年の春です。設立当時は10組でした。

● 活動していく上で気をつけていること ●

- ・みんな参加型のサークルを目指し、各自の負担にならない程度の役割を分担して、イベントを開催すること。
- ・サークルでは、ほっとして、くつろげる交流の場をつくるようにすること。また、私生活でも、お母さん同士の交流を深めてほしいと、願っています。

● 課題になっていること ●

育児が一段落したお母さんたちに、サークルに参加してもらって、先輩ママとしてのアドバイスなど育児中のお母さんたちに、伝えていってほしいが働く方が多いです。

● 19年度の活動紹介 ●

5月26日（土）交流会&リサイクルバザーをしました。平成17年度に第1回の交流会をはじめから、3年目になります。

昨年までは、講師を迎えての交流会でしたが、今回（第4回）の交流会は、講師を迎えずに、子供の年齢別に分かれて、日頃の悩みや情報交換などをして、ストレス解消をしましょうという事で開催しました。参加者は、妊婦さんを含み約40人でした。お父さんの参加もあり、賑やかな会になりました。また、毎回好評のリサイクルバザーもみんなで持ち寄り、盛大にすることができました。次回（第5回）は9月を予定しております。



● 病院や保健センターとの連携について ●

県の南加賀保健福祉センターには、交流会講演会の会場を貸して頂いている。小松市内の産婦人科病院には、サークル紹介のチラシを貼って頂いている。市のすこやかセンターには、妊婦さんから参加できる育児サークルとして案内して頂いたり、サークル紹介コーナーを設けて頂いている。

● Pキッズ 今年度の主なイベント ●

- 7月 幼児プール“ちゃっぷる”で水遊び
- 8月 川遊び
- 9月 交流会&リサイクルバザー
- 12月 クリスマス会
- 2月 クッキング



いしかわ多胎ネット お問い合わせ先

志村 恵 （電話・FAX 連絡）
〒920-1192 石川県金沢市角間町
金沢大学文学部

Tel：076-264-5345 Fax：076-264-5362
E-mail：megumi@kenroku.kanazawa-u.ac.jp

大木 秀一 （郵便物）
〒929-1212 石川県かほく市中沼ツ7番1
石川県立看護大学健康科学講座

Tel / Fax：076-281-8377
E-mail：sooki@ishikawa-nu.ac.jp