



# なかまのちから

No.74

「秋が深まる」と言いますが、季節の中で「深まる」と表現するのは秋だけです。木々の紅葉や虫の声、様々な場面で秋の深まりを感じることがあります。

普段何気なく過ごしている季節、こどもと一緒にドングリを集めたり、バッタを追いかけて、アクティブに楽しんでもるのはいかがでしょう。色づく木々を見ながらまったり物思いにふけるのも、秋らしい過ごし方も…。



## オンライン交流会

8月25日(水) 11:00~11:45 参加: 2組

おとな2人(母親) こども5人(2か月・7か月)

保健師・利用者支援相談員・プレイルームスタッフ

9月22日(水) 11:00~11:45 参加: 1組

おとな1人(母親) こども2人(5か月)

利用者支援相談員・プレイルームスタッフ

## 対面交流会

10月13日(水) 10:00~11:30

参加: 3組

おとな4人(母親3人・父親1人)

こども7人(7か月~2歳3か月)

保健師・利用者支援相談員

プレイルームスタッフ

### 夜中の睡眠、夜泣きはどうですか？

- ・ 夜泣きがひどく、その時期はつらかったです。最初から添い寝はせずに、自分で寝られるようになってもらおうと、泣いていてもそのままにしていました。しばらく泣き続けて、疲れて寝てしまうことをしているうちに寝るようになりました。
- ・ 夜泣きをしたときに電気をつけて目覚めさせたほうがいと聞きますが、どうですか？
- ・ 電気はつけませんが、泣いたときは立って抱っこをしています。落ち着いたと思って座ると、また泣きます。

交流会では先輩ママの体験談が参考になります。同じ悩みを抱える仲間存在は心強いですね。



### ベビーカーは縦型？横型？

- ・ どちらも一長一短ですね。横型は安定しますが幅が大きいので、通路が狭いスーパーなどには行けません。
- ・ 縦型を多胎児サークルのリサイクル会で譲り受けました。コンパクトな感じですが、片手だけでは押せないのが不便を感じます。
- ・ みつごなので縦型ベビーカーと抱っこひもを使っています。うちも片手ではコントロールできません。

### 離乳食について

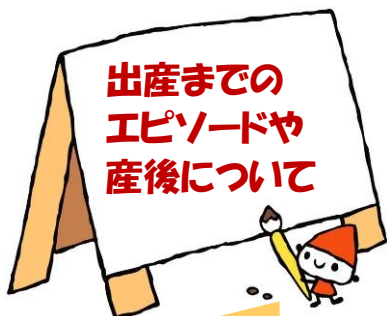
- ・ 同時に食べさせていますが、後片付けが大変です。
- ・ こどもが寝ている間に夫婦で野菜を刻んだり、うどんをゆでて小分けにしたりと大量に作り置きしても、食べさせるとすぐになくなってしまいます。頑張っても手作りしても、食いつきが悪いとおなしくなります。
- ・ 土日は買い出しと準備に追われました。
- ・ 3回食になったら、外食時に昼食をどこで食べさせたらいいか悩みます。
- ・ 市販の離乳食も温めなくていいものが出ていたので、そういうものを使いました。ベビーカーに座らせたままや車の中で食べさせていました。

1年7か月ぶりに対面の交流会を開催しました！こどもたちの動き回る姿を見ながら、やっと会えたことを喜び、それぞれの気になっていることなどを話し合いました。

はじめは緊張気味だったこどもたちも、少しずつ動き始め、他の子が使っているおもちゃを触ろうとするなど、こども同士のかわりも見られました。対面で話ができる楽しさを感じる交流会でした。

\*多胎児交流会へのご意見やご要望などをお聞かせください。

Tel:072-740-1248 Fax:072-744-1016 e-mail:[kawa0168@city.kawanishi.lg.jp](mailto:kawa0168@city.kawanishi.lg.jp)



妊娠中の方の交流会への参加もお待ちしております

- ・断捨離をしました。産まれてからは片づける時間がないです。
- ・ベビー用品は最低限だけ準備しました。必要なものはインターネットですぐに注文できるので、簡単に買えます。
- ・おむつ替えと授乳で1日が終わってしまいます。
- ・何事もあまり神経質にならなくてもいいと実感。多少いい加減でも、こどもたちは元気に育ってくれています。

\*多胎児交流会では先輩ママから体験談などが聞けます。

\*上のお子さんがある場合も、こども同伴で交流会に参加していただけます。

## 「オンライン 多胎児交流会」を開催します

令和3年11月24日(水) 11:00~11:45

対象: 就学前の多胎児と保護者

多胎児を妊娠中の人や家族

内容: 多胎育児についての情報交換やふれあい遊びなど

\*ウェブ会議システムの Webex Meetings を利用

受付: 11月1日(月)から 先着8組(定員になり次第締め切り)

\*12月22日(水) 11:00~11:45も予定しています。

詳細は広報かわにし「milife」、市ホームページに掲載します。かわにし子育て Navi でも配信します。

参加無料、要申し込み。  
通信費は自己負担になります。  
オンラインの事前リハーサルを  
しますので、初めての方でも安  
心して参加いただけます。



メール申し込みは  
こちらから →



## 「多胎児交流会(対面)」を開催します★申し込み制

令和3年12月8日(水) 10:00~11:30

場所: キセラ川西プラザ文化棟 2階 スタジオA

対象: 就学前の多胎児と保護者

多胎児を妊娠中の人や家族

内容: ふれあい遊びや絵本の読み聞かせ、多胎育児についての情報交換など

受付: 11月1日(月)から 先着5組(定員になり次第締め切り)

\*新型コロナウイルス感染症の影響で中止になる場合があります。

\*体調が悪いときは参加を控えていただきますようお願いいたします。

10時から受け付け開始  
10時30分からふれあい  
遊びや情報交換などを開  
始します。



メール申し込みはこちらから

申し込み先・問い合わせ: こども・若者ステーション

☎072-744-1015

(月~金 9:00~17:00 祝日除く)



利用時のマスク着用や検温、緊急連絡用名簿およびチェックリストへの記入をお願いしています。

▼詳しくはアプリダウンロードページへ



子育て支援アプリ 「かわにし子育て Navi」 無料配信しています!

スマートフォンにインストールして、イベントや予防接種、健診、手続きなど必要な子育て情報を取得していただけます。対象は妊婦から小学生の保護者です。(問い合わせ: こども支援課 072-740-1246)