



多胎児交流会だより



かわにし新時代へ

# なかま の ちから

令和5年12月発行  
こども未来部  
こども若者相談センター  
Tel. 072-740-1248

## No.84



## 多胎児交流会を開催しました

6月14日(水) 10:00~11:30

参加: 1組  
おとな 1人(母親1人)  
こども 2人(9か月)

7月12日(水) 10:00~11:30

参加: 2組  
おとな 2人(母親2人)  
こども 4人(11か月・10か月)  
\*保健師参加

8月9日(水) 10:00~11:30

参加: 2組  
おとな 3人  
(母親1人・妊婦1人・父親1人)  
こども 3人(1歳1か月・姉2歳)



11月8日(水) 10:00~11:30

参加: 2組  
おとな 3人  
(母親1人・妊婦1人・父親1人)  
こども 2人(10か月)  
\*保健師参加



ベビーカーは双子用と一人用と両方持っています。使い分けないと、通れないところがあるので。

夜間断乳してから、夜にやっと寝られるようになりました。  
今は、父親と一人ずつ寝ています。



浴室で一人ずつ入れています。二人一緒はまだ難しいです。一人入れているときもう一人はサークルに入れています。

ベッドより布団のほうが、わたしは楽です。  
お風呂など着替えをさせるときは、ベッドがあると便利です。

歯磨きをしなければと思いながら、なかなかうまくいきません。3~4日に1回程度しかうまく磨けません。

## 交流会

おはなし  
あれこれ

ハイ&ローチェア-の電動がとてもよかったです!



おやつにおこめ棒を手に持たせて食べさせています。砂糖が入っていないので、与えやすいです。健診でロールパンがよいと聞いたので、食事やおやつで与えてみたら、手に持ってよく食べてくれます。持ちやすいものから持たせてみればいいのかではないですか。



子育て中は、どうしてもこども中心の生活になりがちですね。

したいことがあっても、行きたいところがあっても、なかなか自分の都合に合わせられないことが多いのではないのでしょうか。



そこで、たまにはちょこっと自分にごほうびしませんか。



寝かせつけの後にお菓子を食べてよう、好きな映画を観ようとか、

欲しかった服を思いきって買ってみよう！などなど。

できそうな何かを、いつもありがとう…とがんばっているご自分のために。



交流会では、保健師や相談員などたくさんの人の目と手があります。肩の力を抜いて、ちょっと、ホッとする時間を過ごしませんか。



## 今後の開催

「多胎児交流会」毎月第2水曜日 申込不要

10:00～受付 10:30～11:30交流会

- 1月10日(水)
- 2月14日(水) (助産師参加予定)
- 3月13日(水)

先輩ママのご参加もお待ちしております！

場 所: キセラ川西プラザ福祉棟 3階 サポートルーム

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

## 問い合わせ

こども若者相談センター

☎072-740-1248

ひとりじゃないよ…



▼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)