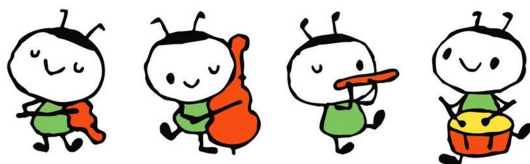


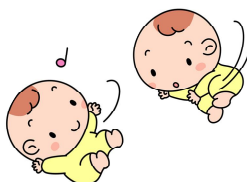
なかまのちから

No.88



昼間はまだまだ暑いですが、暦のうえでは夏の暑さが和らぐ季節。マツムシや鈴虫などの虫の音が、秋を感じさせてくれます。

7月9日の参加: 6組
母6人、父2人、こども10人
きょうだい2人
祖母1人



7月9日の交流会の様子

7月の交流会は、5組の家族と、自主グループ「ツインズママの会」より先輩ママが参加して下さり、にぎやかな交流会になりました。3か月までの月齢の小さいふたごちゃんたちは、周りをキョロキョロ、ミルクをゴクゴク、眠くなってスヤスヤ…。おにいちちゃんたちは、ままごと遊びで野菜を切ってお料理を楽しみ、ママやパパ、おばあちゃんは、他のふたごちゃんの様子を聞いたり、日々の子育てでの気になっていることを話し合ったり、先輩ママからアドバイスをもらっていました。

8月13日の参加: 5組
母5人、父3人、こども11人



8月13日の交流会の様子

8月の交流会は、お盆の時期の開催となりましたが、普段は保育園に通っているふたごちゃんやパパの参加もありました。ひとりの子育てでも不安がいっぱいの中、ふたごちゃんとなると、より気になることもたくさんで、離乳食や夜泣きなどについて、先輩ママに積極的に質問され、それをきっかけに情報交換が盛んにおこなわれました。

お得だ！と感じている情報

- ・おもちゃをひとつ買っても、ふたり分楽しんでくれるので嬉しい。
- ・お盆中でも保育所が開所しており、プレイルームが開いていて、このような交流会も開催されていることをお得に感じています。
- ・ふたごでも体格が違うので、ひとりが使えなくなったオムツをもうひとりが使えて、無駄がないと感じています。
- ・ふたごでおそろいの洋服を着られるのが、かわいくてお得かと思っていましたが、色違いにすると、どちらの色がよいかで揉めるので、今日はおそろいの服を選びました。



8月の交流会で、保護者のかたに、多胎児で「お得だ！」と感じている情報をうかがいました！

1月・8月の

トークタイムでの
おはなし

まとめて寝るのはどれくらいからですか？

また、母乳ですか？ミルクですか？



- ・3か月くらいから4、5時間寝てくれるようになりました。
- ・昼間は30分くらいしか寝ませんが、夜はよく寝てくれます。母乳とミルクの混合で、ほぼミルクです。少ないときは120ccくらい、多いときは120ccに20ccずつ足していき、200ccくらい飲むこともあります。
- ・姉は1歳すぎまで1時間おきに起きていたのですが、ふたりはよく寝てくれています。うちもほぼミルクです。母乳だとミルクのように哺乳瓶を消毒しなくてもいいのですが。
- ・ミルク8割、母乳2割。入院中に搾乳していたものも使っています。1日に飲む量がそれぞれで、ひとりは60ccくらいしか飲まないこともあります。もうひとりは150ccくらい飲みます。

日々の料理はどうしていますか？

- ・電気調理鍋を使ったり、実母が作ってくれたりします。夫が牛丼を買ってきてくれるときもあります。
- ・きちんと作ってられません。
- ・うちのこどもは、離乳食のドロドロは苦手ようだったので、おとも食べられる軟飯や、野菜は指でつぶせるくらいのものでしました。こどもが好きな物を自由に選んで、自分で手づかみで食べる方法でしました。

先輩ママのことはより

完璧は無理

全力は無理

今のままでいいんだよ



いろいろな悩みを乗り越えてきた先輩ママの言葉には、自信と説得力がありますね

おでかけはどうしていますか？

- ・まだまだ家族全員でないと、出かけるのが大変です。
- ・気分転換にプレイルームを活用しています。上の子も楽しく過ごせるし、自分自身のリフレッシュにもなっています。
- ・ふたりが動くようになると、公園などに行ったら大変で目が離せません。大人ふたりがついて公園へは出かけます。

トークでは、それぞれ工夫をしながら子育てされている様子がうかがえました。気分転換をかねてプレイルームにも遊びにきてください。また違った情報や子育て仲間が見つかるかもしれません

「多胎児交流会」

毎月第2水曜日 10:00～11:30 *10時から受け付け開始10時30分から交流会を開始します。

今後のスケジュール 10月8日、11月12日、12月10日

「日曜日 特別開催」

10月19日(日) 10:00～11:30 助産師参加予定

*自主グループ「ツインズママの会」との共催で行います

場 所: キセラ川西プラザ福祉棟 3階 サポートルーム(10月19日は川西公民館 集会室)

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、他市のかたもどうぞ

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

参加無料・要申込(電話またはメールより)

メール申し込みはこちらから



妊娠中の方の交流会への参加もお待ちしております



*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: kawa0030@city.kawanishi.lg.jp