

ふたご新聞

2019年 12月号

尼崎市保健所 健康増進課

〒660-0052

尼崎市七松町1丁目3番1-502号

TEL 06-4869-3033

FAX 06-4869-3049

12月10日(火)は、今年度4回目の「ふたごのための育児教室」でした。

今回は7組のママとふたごのお子さんたちの参加がありました。そのうち2組はおばあ様も参加していただきました。

今回は『入園について聞いてみよう』というテーマで、

ひょうご多胎ネットの森光子さんをお招きしました。

森さんは、みつごの男の子と3歳上のお姉ちゃんを育てられ、また幼稚園教諭として働いていた経験もあることから、母親と幼稚園の先生の、両方の立場からお話を伺いました。



森さんが4人のきょうだいの育児をする上で大切にしていたこと

<子どもとの接し方>

- 「お姉ちゃんだから」、「弟だから」と我慢させたりするのではなく、一人っ子を4人育てるつもりで接していた。
- 多胎児は似ているけれど、それぞれに個性がある。同じ日に生まれたきょうだいと考えるようにしていた。
- 成長を焦らないように心がけた。
- きょうだいがいれば、一番上の子のお世話を先にすることも大切。

<生活の工夫>

- レトルトの離乳食や育児の便利グッズを使うなど、育児が楽になるものを利用していった。
- まず朝起きたらママ自身の化粧をしていた。とりあえず出かけられるという気持ちの余裕を持つことで、子どもの行動を待つことができる。

<集団生活にむけて>

- 時間の流れを感じるために、時計やタイマー、音楽を利用していった。





- 自分の物と他人の物を区別するために持ち物にマークを付けた。決まった場所に片づけることを始めた。
マークはわかりやすく簡単に書けるものの方がいいですよ。

<保育所・幼稚園を選ぶとき>

- 子どもの活動や自分の性格に合っているかを考えた。
- 雨の日の通園をイメージしましょう。
- クラス分けの考えを確認しましょう。
- 保育所・幼稚園での行事に子どもと一緒に参加できるかもイメージしてみましょう。



★ 座談会 ★

森光子さんとひょうご多胎ネットの大岸弘子さんにも加わっていただき、
さまざまな意見交換をしました。ここで座談会でのお話を紹介します。

- 寝かしつけに時間がかかって苦労している

→1歳すぎまで抱っこして寝かしつけていた、バウンサーを気に入っていたけどある時から嫌いになった、おなか一杯になったら寝てくれる、おしゃぶりを使うと寝てくれることが多いなど、皆さんそれぞれの工夫をお聞きしました。

- 楽しく食事をしてくれるのはいいが、時間がかかる。

→食事の時間は区切るようにして、だらだら食べは減らしましょう。小さく生まれたからもっと食べてほしいという思いもあるかもしれませんが、十分食べているのであればもっと食べさせようと保護者が欲張らないようにしましょう。



- おばあちゃんが手伝ってくれるけれど、すべてやってもらうのもよくないかなと思って自分でも家事をするようにしている。でも毎日するのはやっぱり大変。

→自分でするところ、手伝ってほしいところを伝えてみてはどうでしょうか。

- 保育所幼稚園に預けるということのイメージがわからない。

→電話などで園に尋ねてみましょう。(ふとんは持ち込みなのか、おむつは持っていくのかなど)

最後に、みなさんからのアンケートのご感想を紹介します。

- 気持ちが楽になりました。いろいろな方の話が聞けて良かったです。
- とても勉強になったし、みんなおんなじ悩みなんだと安心しました。

ご参加ありがとうございました。

