

2023/7/1

# 三重県多胎アンケート調査結果報告書

三重県多胎育児サークルふたば

共同代表 中口 由里子

共同代表 古川 幸代

## はじめに

今回、三重県が多胎児支援のあり方を検討する材料として、県内の多胎妊娠家庭と多胎育児家庭を対象にアンケート調査を実施しました。

このアンケート調査は SNS や対面・郵送でのチラシ配布などの呼びかけで得られた回答です。

一ヶ月という限られた期間、限られた対象にもかかわらず、75 件の回答を得られました。

三重県が多胎出生数が年間約 200 組の中、1/3 以上の回答数が集まったことに、ご協力くださった多くの皆様へ心から感謝申し上げます。

寝る時間もままならない多胎育児真っ只中のご家庭もあったと思います。深夜早朝に書き込まれた回答もありました。

切実なコメントを拝読して、その根底に「多胎育児に対する不安や悩み」「これから多胎児を育てる家庭に辛い思いをして欲しくない」「現状に即していない子育て支援事業への想い」を感じました。

ふたばではこの後アンケート結果に基づく多胎支援提言書の作成を予定していますが、まずはアンケート結果から三重県が多胎家庭の実情を知っていただければ幸いです。

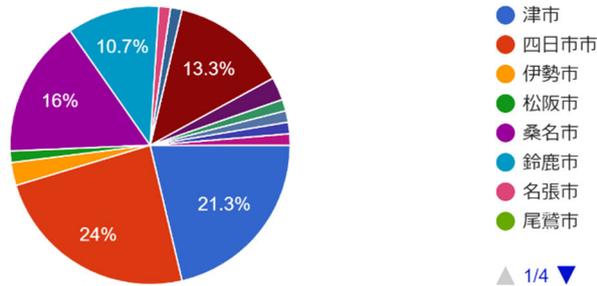
## アンケート概要

- 調査期間：2023 年 6 月 1 日～6 月 30 日
- 対象者：三重県在住の多胎児(双子・三つ子)を妊娠中、もしくは育児中のご家族
- 調査実施者：三重県多胎育児サークルふたば
- 調査方法：SNS や対面等で依頼し、Google フォームでアンケート回収

<https://forms.gle/JisWbqUxCJfUmBeEA>

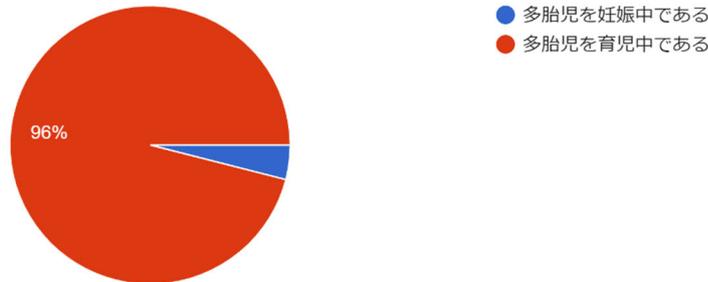
## アンケート回答者について

現在お住まいの居住市町をご選択ください  
75件の回答

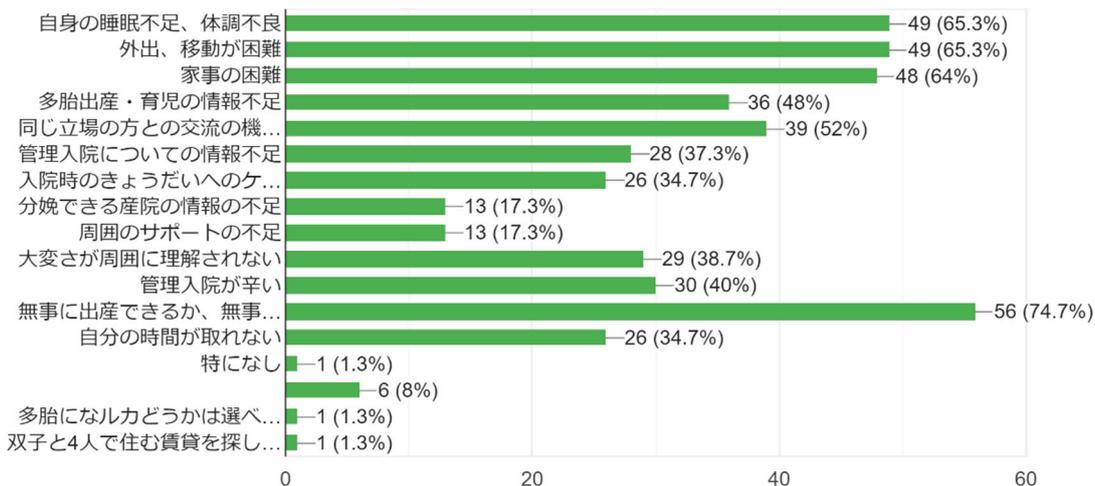


津市	18件
四日市市	16件
桑名市	12件
東員町	10件
鈴鹿市	8件
伊勢市	2件
菰野町	2件
松阪市	1件
名張市	1件
鳥羽市	1件
朝日町	1件
川越町	1件
多気町	1件
玉城町	1件

現在の多胎児妊娠・育児状況について教えてください。  
75件の回答



妊娠中困ったこと、大変だったことはありましたか?それほどのようなことでしたか?(複数回答可)  
75件の回答



「…」文章省略のテキスト補足

同じ立場の方との交流の機会がない

入院時のきょうだいへのケアや対応

無事に出産できるか、無事に育てられるかなどの不安

※「特になし」以下の質問項目はアンケート回答者独自で追加された項目となります。

「その他」を選ばれた方は差し支えなければこちらにご記入ください。

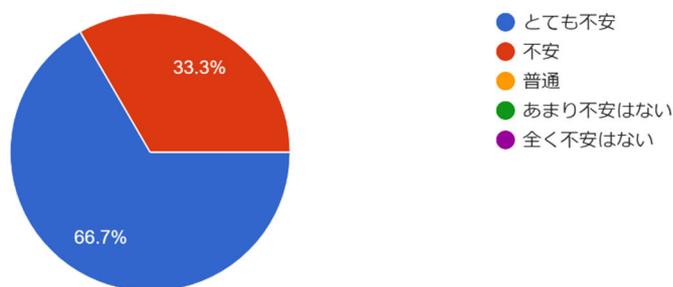
8 件の回答

- 保育園に入れる時の、加点に双子の兄弟という項目を作ってほしかった。他の年が違う兄妹の加点と同じ点数だった
- 稀なケースですが、双子出産 3 ヶ月で母が末期癌で倒れて寝たきりになり、双子育児+2 歳の兄の育児+実母の在宅介護が同時にきました。精神崩壊寸前でした。
- 半年間の入院になり、途中からは絶対安静で大変だった。
- 妊娠中、上の子と満足に遊んであげられなかったのが辛かったし、可哀想だと感じていた。
- 上記と重複しますが、体調不良のため外出や健診時は車椅子を使用してたため、1 人では行動できなかった。精神的にも辛かったです。
- 金銭面でのサポートがなされていない、サポート面、単胎よりもサポートが薄い、切迫早産で入院する期間が何ヶ月にもなるので父母のサポートは必須だが夫と自分の両親全員働いているため上の子の育児をする人がいないのに産休が妊婦本人しか取れないのは共働きをせざるを得ない今の情勢に合っていないと感じる。  
夫、両方の親も産休育休を取れるように制度を今後変更していかないと少子化対策は難しいと思う。
- 賃貸を借りる際、広い部屋が必要だが夫の収入だけでは予算オーバーしてしまう。  
防音性や安全性を考えると住める賃貸が限られ、希望にあったものが見つからない。  
市営住宅に優先的に入居できる制度があると助かる。
- 自動車免許の更新時期と重なった

## 多胎妊娠中の家庭による回答

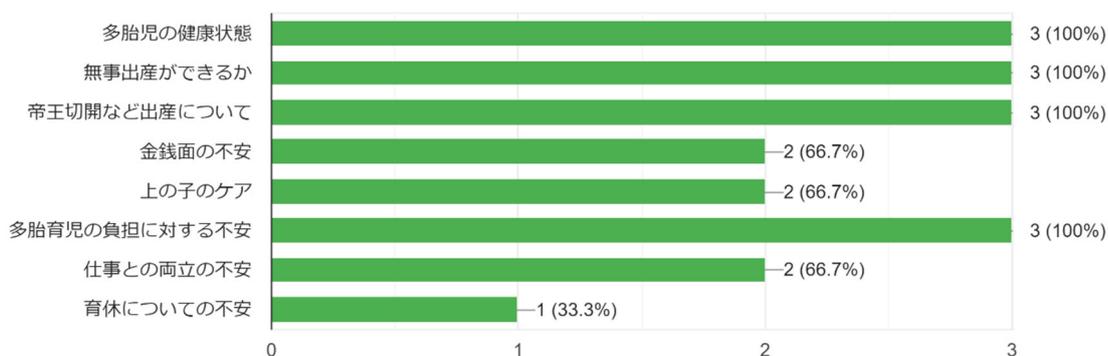
多胎出産や多胎育児に対する不安の度合いを教えてください。

3件の回答



不安なことはなんですか？（複数回答可）

3件の回答



妊娠期間中にどのような情報やサービス、支援などあればいいと思いますか？

2件の回答

- 妊娠期間中から使える家事代行サービスや、出産後に使える育児サポート・家事代行サービスが近くにあれば良いと思う。

民間のそういったサービスに登録はしてみたが、都心では利用しやすくても、津市まで来てサポートをしてくれる方はなかなかいない様子である。

母子手帳交付時、津市の保健センターの窓口で「産後に使える育児サポートや家事代行サービスなどはありますか？」と直接尋ねると、「市がどこか紹介できる場所はありません」とはっきり言われた。

行政の立場として、ある一つの業者を紹介できないことは理解できるが、津市でも多胎児は生まれており育児の大変さは重々理解されているであろうから、今後そういったサービスがスムーズに使えるようになると良いと思う。今すでに困っている人はいて需要はあると思う。

- 多胎独自の預かり保育サービス、全額は難しくともせめて3割自己負担など妊娠中に上の子の預かり保育サービスを金銭面でサポートして欲しい。  
妊婦健診も自己負担になってしまうので補助券内でできないところがある。  
妊婦健診の値段を一律に負担なしになるようにして欲しい。

そのほか思うことなどあればご記入ください。

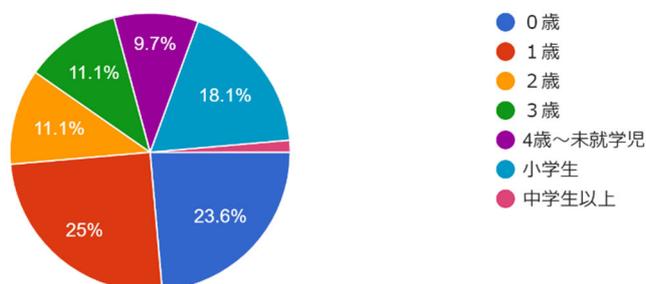
2件の回答

- 双子を出産する前には管理入院になる可能性が高いことや、生まれた時に身体が小さかったり体重差があったりすると母子と一緒に退院できるとは限らないこと、もし片方の赤ちゃんだけがしばらく入院となった場合はもう片方の育児はありながら母乳を届ける為等に通院しなければならないことなど、知らないことばかりだったし想像してもそれが産後の自分にできるかどうか不安になった。  
双子妊娠・出産には様々なパターンがあることを知っていれば、出産までに心構えやグッズの準備などがある程度できると思った。  
また、以前と比べて多胎児が増えてきたとは言え、目にする機会はまだまだ少なく、特に両親世代は大変さよりも喜びの方が大きいようで、双子妊娠・育児の大変さを現実的に考えられていないようである。  
そのため、一人を生み育てる時と同じような感覚でいろいろ言ってきたりするが、そう簡単ではないことを理解してほしいという気持ちが湧いてくる。  
母子手帳交付時に頂ける多胎育児の冊子などを各家庭1冊ではなく両親とも共有できるように2～3冊配布しても良いのではないかと思った。
- 多胎を授かることはたしかに喜ばしいことではあります。  
しかし、多胎を望んで授かることはできません。予定外の多胎という親はたくさんいると思う。子供は欲しかったが、"多胎を望んで授かったわけじゃない"そんな寂しい気持ちに母親父親をさせないような世の中になるように。ここで書いたことが早急に現実化するよう切に願っております。

## 多胎育児者による回答

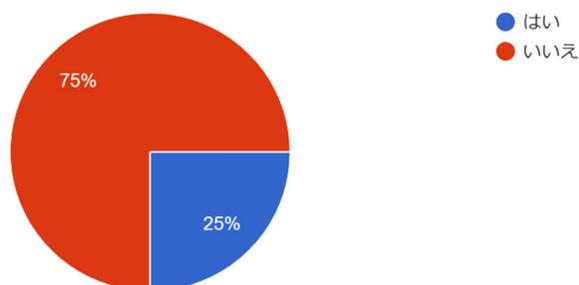
現在の多胎児のお子様の年齢を教えてください。

72 件の回答



父親は育休取得しましたか

72 件の回答



父親の育休取得について思うことがあればご記入ください。

37 件の回答

- 取得は必須
- 1ヶ月取って貰うのに、会社に何ヶ月も伝え続けてなんとか取れた。
- もちろん取得してくれると思っていた。が、取得制度があるのに、前例がない、査定に響くかもしれないとか長く働く為にも目立ちたくないと言って取得してくれなかった。
- 育休というものがあっても代わりのいない仕事で休むことが出来なくて意味がないと思いました。使える会社使えない会社とあるのなら最初から作らないで欲しいです。それか必ず使えるように会社側は努力していただきたい。
- とれる会社ではない。とった人はいない。
- 初産だったのと義実家の支援があったので育休取得しなかったが、支援が得られない場合 1年は必要だと思う。半年くらいでお世話自体は少し楽になるが、離乳食が始まるので 1人だと片付けや調理等かなり厳しい。
- 3ヶ月取得したが、一年くらい取れたら良かったと思う
- 育休を取らなければ企業に罰則を設ける、もしくは障害者枠のように助成金を受け取る仕組みを作

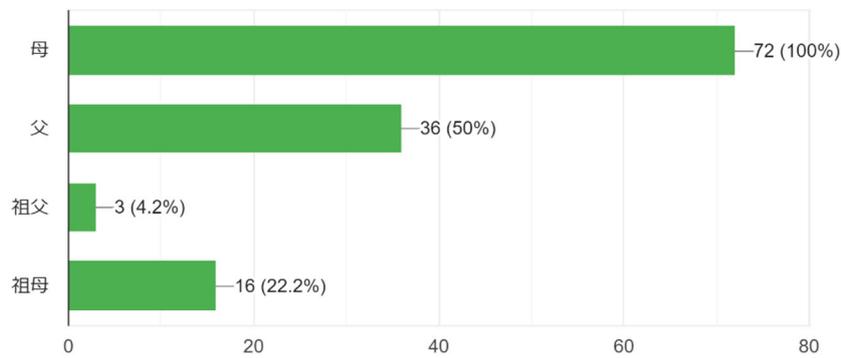
るべき

- 男性は女性に比べ育児休暇を取得するのに周りからの理解が得られないので取れない
- 当時は育休を取ると収入0だったので、とりませんでした
- 約1ヶ月半の育休を取りました。取らなければ我が家の育児は成り立ちませんでした。双子の一人は私と一緒に退院しましたが、もう一人が退院したのが生後40日目くらいでしたので、育休中はほぼ一人っ子の子育て状態でした笑。  
育休取得期間の調整をすれば何とかあったのかもしれませんが、その煩わしさや会社への気遣いやらに負けたようです。  
出産～育児は計画どおりには行かないし、多胎となると余計にそうなる気がします。会社、また父親本人の柔軟さが必要ですね。  
でも一人がまだ入院していた時は、双子が揃ってからイメトレ、二人でいっぱいやりました！
- 3ヶ月だけの取得でした。半年以上取ってもらうと給料も減ってしまうので。本当は、半年取ってもええたらよかった。
- 育休を取ることで給料が減ってしまうので取らなかった。
- 絶対あるに越したことはない
- 給料が減るのは困るけど、サポートもないのは困る。  
嫌な顔をしてくる上司もいると思うので、職場の環境をよくするためにも育休をとらせた企業はベースアップ！などの対策もいると思う。県からのサポートがほしい。
- 多胎児の場合は、出産後6ヶ月は最低でもとれるようにしてほしい。
- 取りにくい
- 父親が育休取得し、やや鬱っぽくなってしまったことがある。育休取得自体はとても良いが、多胎に限らず父親のサポートも充実すると嬉しい。
- 義務化してほしい
- 休むのは難しくても、時短を選べるのもいいのではと思います。
- 多胎児であれば、確実に育休が取得できるような制度が欲しい
- 有り難いような、余計に邪魔なような。。
- 期間が2週間で十分ではなかったと感じた
- 多胎児には育休は絶対に必要。
- 多胎を理由に3ヶ月の育休をとったが、なかなか理解されず、そんなに長くとっている人は他にいない。もう少し短くできないか。と言われたらしいです。
- 父親が育休を取得しても、隙あらば遊び始めるので  
育児を行っているか確認する制度も必要かと思う
- 取っても意味がない。相当育児に協力できる方じゃないと無駄な育休取得になると思う。せめて出産後3ヶ月程度での育休がベスト

- 1週間ほどの育休だったが期間が短い。
- まだまだ取りやすい環境ではない。
- 子どもが増え支出が増えるのに給料が減るためとれない。
- 制度として会社は推奨しても、現場では理解がない。仕事のフォローもなく、在宅勤務のような状態であれば育児休暇ではない。
- 大企業やよっぽど制度が整っている会社でない限り、やはり取得しづらい環境が多いと思います。
- 双子育児においてパパ育休は必須と感じました。パパと育休の間、ともに里帰りをして、祖父母と4人体制でも手一杯でした。
- 育休なんて絶対取れない！と、職場と交渉すらしてきませんでした。  
双子なんだから少しは交渉して欲しいと依頼しましたが、双子が産まれる前で、双子の大変さを主人自身が体感していなかったので大変さを職場に説明できないことも要因の一つかと思いました。
- まだ父親側の育休が会社などに浸透していないと感じる
- なかなか社会には浸透しないと思います
- もっと取るのが当たり前の世の中になってほしい。むしろ多胎児なら条件抜きに取れる体制があれば育児は助かる。

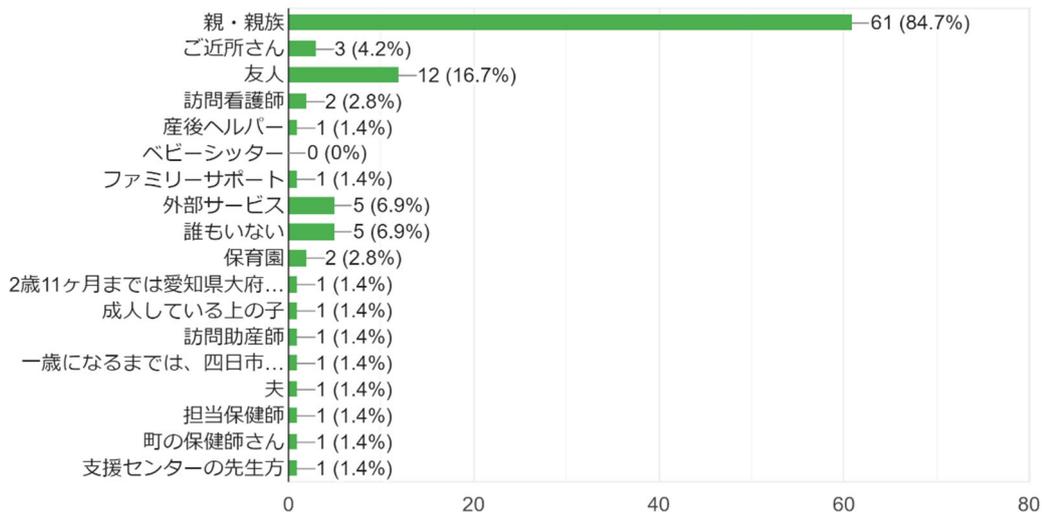
【乳幼児期】 多胎児のお子さんの主たる育児者は誰ですか?(複数回答可)

72件の回答



【乳幼児期】 身近な助けてくれる支援者はいますか?(複数回答可)

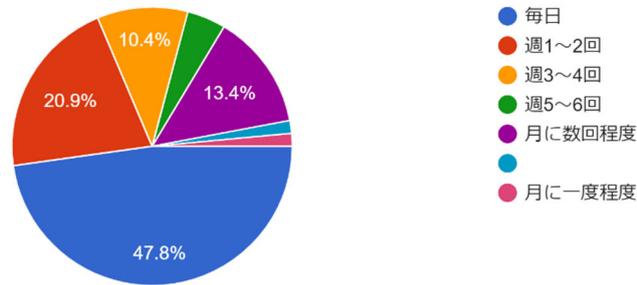
72件の回答



※「誰もいない」以下の質問項目はアンケート回答者独自で追加された項目となります。

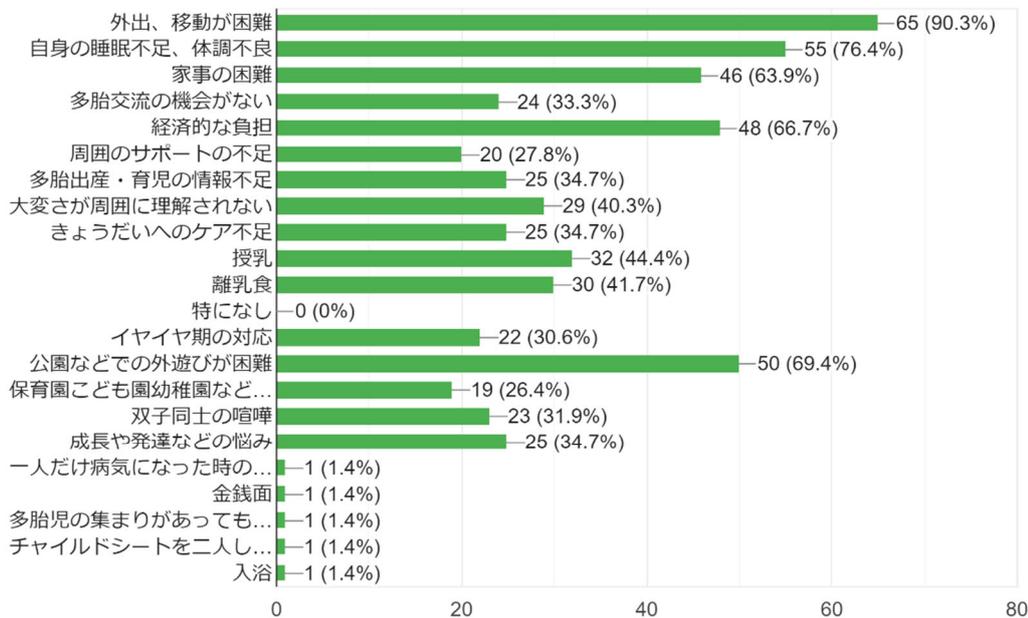
【乳幼児期】 支援者はどの程度関わっていますか？

67件の回答



【乳幼児期】 困ったこと、大変だったことはありまし... それはどのようなことでしたか?(複数回答可)

72件の回答



「…」文章省略のテキスト補足

保育園こども園幼稚園などの送迎

※「成長や発達などの悩み」以下の質問項目はアンケート回答者独自で追加された項目となります。

【乳幼児期】 そのほか困ったことや大変だったことをご記入ください。

34 件の回答

1. 病院に連れて行くのがとても大変だった。
2. 双子の服やオムツ、ミルク、お尻拭きなど必要な消耗品にかかる費用が高い。
3. 年が離れた兄弟の習い事の送迎や、遊びに行く時について行ってあげることが困難だったり、友達を家に呼んであげられなかった。
4. 上の子の療育に母子通所の間、祖母に三時間みてもらい祖母の負担が大きくなり気を遣い心が疲れた、自分でお世話したいのに出来ない葛藤。
5. ・ゴミ出しのタイミングに困りました。  
(主人が出張で家にいない時、双子が起きてると大泣きしてしまうのでゴミだけ持って外に出ることが難しかった。泣いているからと言って双子と一緒にゴミ出しはできないので困りました。)・保育園への送迎で、子供布団を含む大量の荷物と双子を運ばなければならない日は大変でした。(1人を抱っこ紐で背中に背負い、片手はもう1人と手を繋ぎ、もう片方の手で子供布団2人分やおむつバケツやその他荷物を持ちました。雨の日は難しいので2往復しました。)・双子の体調不良時に私自身も体調が悪くなってしまった時は辛かったです。
6. 2歳離れている兄への対応。双子を抱く姿を常に見せてしまうので、ヤキモチが凄かったです。特に甘えたがりの性格でもあるのですが。
7. 生後3ヶ月頃までは授乳間隔も短く、夜交代に泣くので1時間寝られたら良い方だった。半年を過ぎ自分で寝返りできるようになると遊ぶ時間ができ、少しずつ楽になったが離乳食の調理や同時に食事と授乳、片付け等が増え大変だった。1歳になりやっと楽になったなあと思う。  
ミルク、母乳の量や離乳食の進み、体重の増加や発育をどうしても双子同士で比べてしまい、焦ってしまうことが多かった。今現在はよちよち歩きの2人をつれて買い物や公園遊びに行けないことが困っている。
8. 通院時など、1人で2人を抱えて病院内で待つ事が困難で、ベビーカーごと入れてそのまま診察室に入れる小児科や耳鼻科はありがたかったです。
9. 一方が食べても一方が食べない、食べる物が厳選されて行く、離乳食が大変
10. 母親1人では難しい事が多く、規則正しい時間の食事や入浴ができなかった。
11. 体調不良は同時になることが多いため、対応が大変でした。一人は緊急で入院もしました。体調不良、入院などは突然です。夫婦ともに実家が遠方の為、一時保育を利用しながら乗り切れ、ホッとしました。  
状況にご配慮頂き、「明日からどうぞ。手ぶらでいいですよ!」とってくださった保育園の園長先生には感謝してもしきれません!  
また、かかりつけ医への受診や支援センター、その他、バリアフリーではない所、しかもベビーカーでは入れない、そんな所だらけです。そこに双子用ベビーカーというハードルが加わります。  
ですが、どれも私たちに欠かせない所ですので勇気を出して「手伝って欲しい!」とお願いするよう

にしています。けれど本当に最初は勇気が要ります。

12. 病院への受診。手が足りない+ベビーカーで入れるところが分からなかった。

13. コロナだったので、感染が怖くて子育て支援センターなどに行けなかった。

14. 多胎交流会はありましたが、双子を連れて出かけることが無理でした。

15. ワンオペの時間に二人泣かれると対応が辛い。

市からヘルパーさんの支援事業の案内があったが、一日2時間ではあまり意味がない。

必要な日にまとめて使えるようにしてほしい。

また、産後ケア施設も一回ずつしか予約ができず、使いたい日に予約できない現状がある。

桑名市内で使える施設を増やしてほしい。

16. 外に連れて出ることが大変だった。

17. ミルク代やオムツ代が2倍いるのはもちろん、バウンサーや双子ベビーカーなどお助けグッズを揃えたり、ベビー用のチャイルドシートが同時に2台必要になったりとそちらにもお金がかかる。

18. ミルクと水がすごいスピードで無くなり、経済的にも負担だし、買いに行くのは大変で、ネットで買っていたけど、受け取るにもバタバタしている時に対応しづらかった

19. 保育園の入所希望を出すときに、市役所の方に双子のうち1人でも保育園に入れたら、仕事復帰してくださいと言われ、辛かった。

20. 上の子もいたので、外出が大変でした。

21. とにかく産後0歳の頃を本当に手厚くサポートしてほしい。

もちろん他時期も大変なんだけど、睡眠が取れないレベルで0歳は大変。

行政の多胎支援が当時は多胎交流会のみで、そんな交流会出来るのなんてよっぽど強いお母さんだけだよ、外出も大変なのにそんな支援よりも産後すぐをどうにかして！と思ってました(交流会自体はあって良いけど、優先度を履き違えてると思う)。

22. 産院で助産師さんや看護師さんに双子育児を相談しても、あまり十分な回答が得られなかった。

23. 出産前の切迫早産しかかった時が1番大変だった。

24. 管理入院中、片方だけ親に1週間預けていた

入院中は面会もできなかったので途中帰宅や面会を許可してほしい

25. ミルクをあげる時間がかかる。ベビーカーが重い。双子用の物品が少ない。

26. 親子教室など多胎児に配慮されているのは少なく、参加を諦めざるを得ないことが多かった。

27. 一人が病気で一人が元気な時保育園に預けれない。家に親がいるから家で保育できるとの考えらしいが。病院に行くにもベビーカーが置けずダブルで抱っこして行かないといけない。

休めるときがない。仕事が休みの日はおうちで保育と言われたので家で見ているが休めない。

28. 時間がない。人見知りをはじめ預けられない。

29. 疲れによるイライラなどが重なり、主人との喧嘩

30. 多胎妊娠は通常の妊娠より身体への負荷が大きいため産後の母体の回復にかなり時間がかかり、回復するまでの期間は本当に辛かったです。

また、一才を過ぎてから風邪をこじらせて双子が入院した際、通常のルールに従い親の付添は一人のみ認められましたが、子ども一人でも付添は大変といわれら中で、子ども二人に対して親一人での付添看病は、過労で親が倒れかけました。

31. 出産後に入院していた病院で、助産師さんに双子の授乳を始め、双子育児のあれこれを質問してみましたが、ほとんど知識がないようで、育児本に載っているようなことしか教えてもらえず、双子育児の特殊さを体感しました。

県外へ里帰りしていましたが、予防接種は県内でないと実費負担、更に毎回申請が必要とのことでしたので、寝不足の身体に鞭を打って県内の病院へ毎回連れてくるのが辛かったです。寝不足だったので、車の運転も不安でした。予防接種の問診票も最大 10 枚記入したことがあり、同じことばかりを何枚も書く無駄な時間を睡眠時間に充てたいと思ったら泣けてきました。

上の子の保育園の送迎時、入園説明会の時は、双子だからと上の子を園の駐車場まで先生が送迎してくださるというお話しでしたが、入園前最終の説明会で、双子だからと特別扱いできないと言われ、1年間車中に双子を残したまま送迎しました。

特別扱いできないという事情は理解しますが、もう少し言い方が…と、当時はかなり追い詰められていたので毎日泣いていました。

32. お風呂、買い物

33. 我が家は一歳八ヶ月の三つ子です。本人たちは外を歩きたそうにしていますが、歩かせるとなると大人が3人欲しいです。

でもなかなか難しいので、ほとんど家に閉じ込めていてかわいそうに思う時があります。本当は毎日公園とか連れて行ってあげたいです。

34. 地域の方の理解がなく、道で遊ぶ、駐車場で遊ぶからと何度も通報されました

【外出について】車やタクシー、バス・電車などの交通機関、そのほか道路や店舗など、外出について思うことがあればご記入ください。

45 件の回答

1. 双子用ベビーカーの管理が大変で公共交通機関を利用することが出来なかった。
2. イオンなどに双子ベビーカーで駐車場から移動をするが、おもいやり駐車場がなかなか空いてなくて、ベビーカーが通れるスペースが車道しかないのが怖い。
3. とにかく一人では外出できない世の中
4. 電車、バスなど横並びベビーカーで狭くて、乗ることが難しい。
5. 車椅子の幅があればだいたい横乗り双子ベビーカーが通れるが、あと少し幅があればということが多かった。駅のエレベーターの場所が遠いことが多い。  
双子のベビーカーでスーパーの買い物をする時、カゴが持てない。角が曲がれない、レジに並ぶ時に通路が狭く困ったことがある。
6. 思いやり駐車場が少ない
7. 双子ベビーカーで近くのスーパーに買い物に行った時、レジに双子ベビーカーが通らなくて遠回りしなければならなかった。レジは双子ベビーカーが通れる幅にしてほしいです。
8. 電車をよく利用しますし、外出もたくさんしますが車掌さんやお客さん、周りの方にいつもサポートしていただいて本当に助かっています。冷たくされた事は一度もありません。  
地域の皆様のサポートのおかげで外出も大変ですが苦痛では無いです。ありがたいです。
9. 双子用ベビーカーが通れないところが多く、どうしても抱っこで親が2人いないと外出できない。
10. 公共交通機関は使わないので特に無かったが、歩道が狭かったり、斜めになっていたりすると、双子ベビーカーを押すのが大変。
11. 公共機関はほぼ使わなかったのでもわかりませんが、自家用車でないと迷惑になりそうと、思ってました。外食もほぼせず、店舗は子供を2人乗せられるカートの普及がありがたかったです！
12. 車以外の移動は、出来るわけがないと思っていたので使おうとも思ったことがない。
13. ツインベビーカーが利用できない施設には行けない
14. 2人同時に泣かれたりオムツ替えをしなければならぬリスクがあり、双子を連れての外出は控えざるを得なかった
15. 先日近鉄電車に双子ベビーカーで夫婦と双子で乗りましたが、すぐに駅員さんが「何かお手伝いは必要ありませんか？」と声をかけて下さいました。  
その時にお手伝いは必要ありませんでしたが、声をかけてもらえただけでホッとしました。  
また、指定席を取る際には車椅子スペースを使わせてもらえました。それに、知らない方から双子を連れていて「頑張ってるね～」と褒めてもらったり。それだけで、世界はとっても優しい！って、心が温まる電車旅になりました。

外出のハードルは高めですが、はじめの一步が踏み出せたら大丈夫！そう思います。とはいえ、そのはじめの一步が難しいですね。

16. 店舗や、道路でも横型ベビーカーが1台+隣に大人1人立てるくらいの幅があるといいのになとおといます。
17. 車以外の交通手段は考えられないくらい無理
18. 双子ベビーカーが入れるお店とか増えればいいなと思います
19. 基本車移動だけど、駐車場が狭いと子どもたちをだしにくい。バリアフリーになってない店も多く、ベビーカーで入りにくい。
20. 双子ベビーカーが通れるか確認しないと行けない。ある程度大きくなったらキャリーワゴンにしたが、キャリーワゴンでは行けない施設もあって困ることもあった。
21. 雨の日に外出して駐車場に屋根のないところが多く、子どもの乗せ下ろしをしていると子どもも自分も濡れてしまう。必要最低限の外出しかできない。
22. 思いやり駐車場は県から発行してもらっているが、まだ設置されていない施設も多い。
23. スーパーの出入り口が狭く、すれ違う人に申し訳なく感じた
24. 双子用ベビーカーが大きいので、交通機関は使えず、ほぼ車移動。スーパーなどの通路も狭いと通れないことが多かった。
25. 双子用ベビーカーがスペースの関係で通りにくい
26. 小さい頃の双子の外出は、一人では出来なかったです。
27. 公共交通機関は使うことに1人では無理なので、周りの支援が必要と思う。でも、実際に使ったことがない。行くまでに大変なので自家用車ばかり。バスの試乗会も行ったけど、バスに乗ろうと思う時にベビーカーマークのあるバスか確認しなければならぬのが難点。
28. そもそも外出自体がハードル高すぎてずっと家にこもってました。産後10ヶ月くらいでようやくリフレッシュのために外出。外出の足は車以外考えられないです。交通機関の利用は怖すぎます。産後3年まで延長されて本当に良かったです。
29. 当時はベビーカーをひいて歩けるほどの店舗の道幅がなく困ったが、今はだいぶ改善されてきていると思う。
30. 歩道に段差が多く、ベビーカーでの移動が大変。
31. 公共交通機関はまず使う選択肢に入らない  
双子ベビーカーを押してしっかり買い物するのはまず不可能  
低月齢の赤ちゃん2人ではおんぶもできないので1人ではどこにも行けない
32. 双子用のベビーカーを使用できる場所が少ない。双子用抱っこひもの種類の少なさ。ショッピング

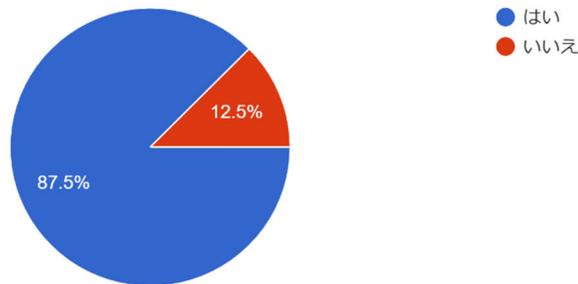
モールでの双子用カートが無いこと。

33. 横並びの双子ベビーカーは幅を取るため、外出を諦めたり、ベビーカーを使わずに双子を抱えての移動など大変だった。
34. 双子のベビーカーだと駐車場の幅が狭くて乗せたり降ろしたりするのが大変。
35. イオンなどのショッピングセンターは出かけやすい
36. 車でも駐車がせまくベビーカーだしにくい。通路がせまい店舗は、いけない。
37. ゆずりあい駐車場がとても少ない
38. 車での移動中は、チャイルドシートを後部座席に2つ並べるため、横に座って相手をすることが出来ず、ぐずった時は大変でした。
39. 公共交通機関は、周りの目が気になるのでベビーカーを使用する間はどうしても気が引けています。そのため必ず移動は車を使用するので、**おもいやり駐車場の延長は本当に本当にありがたかった**です。  
お店は双子ベビーカーは入れないところが多いのが現状で外食のハードルの高さを感じます。
40. 桑名**市役所のエレベーターに双子ベビーカー（横型）が乗らない**と思います。
41. タクシーや公共交通機関は、迷惑でしかないと思い、使おうと思ったことはありませんでした。  
また、おもいやり駐車場は3歳頃まで利用できるといいのにと感じていました。  
横並びの双子ベビーカーでは、狭いお店やレジが通れないところもあり困りました。
42. 多胎児のおもいやり駐車場の期限が伸びてとても助かっています。困っていることは、よく行くドラッグストアがオスメの商品を棚の下の床に直置きするスタイルで、双子ベビーカーが通れないことです。
43. 歩道が少ない、あっても双子用ベビーカーで道を占領するため、前から来た人の通る隙間がない。
44. おもいやり駐車場の設置を強く要望します
45. ベビーカーが通れない。2人乗りベビーカーはイオンなどには置いていない。車の乗り降りが大変

## 乳児家庭全戸訪問事業（赤ちゃん訪問）の多胎家庭への対応について

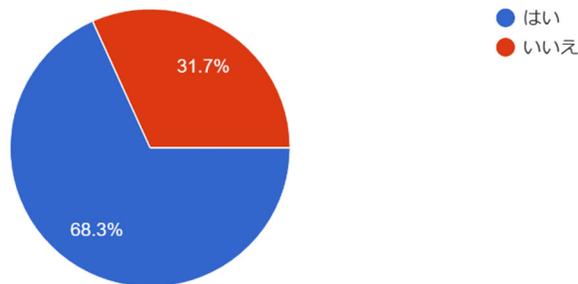
【乳児家庭全戸訪問事業(赤ちゃん訪問)の有用性】 ... (保健師など) による家庭訪問はありましたか?

72 件の回答



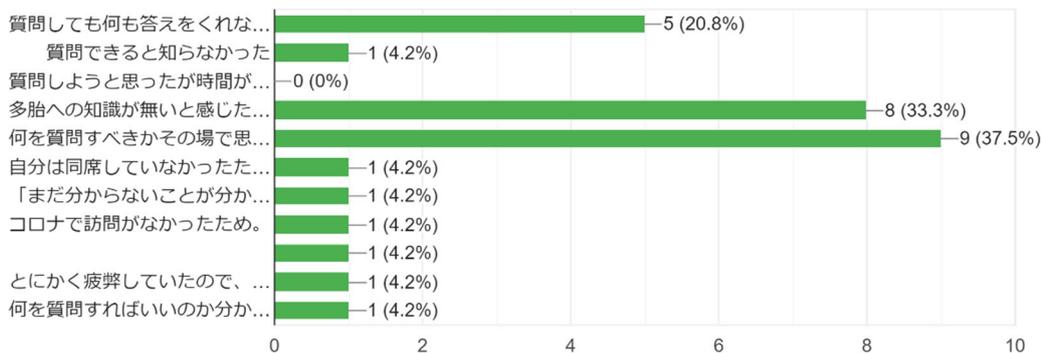
訪問時、多胎育児への不安を質問することはできましたか?

63 件の回答



質問できなかったのはなぜですか? (複数選択可)

24 件の回答



「…」文章省略のテキスト補足

質問しても何も答えをくれないと思っていた

質問しようと思ったが時間が足りなかった

多胎への知識が無いと感じたから

何を質問すべきかその場で思いつかなかった

※「何を質問すべきかその場で思いつかなかった」以下の質問項目はアンケート回答者独自で追加された項目となります。

乳児家庭全戸訪問事業(赤ちゃん訪問)の際に感じたことなどあればご記入ください。

29 件の回答

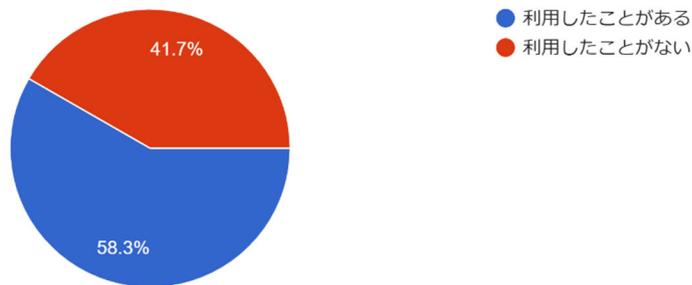
1. 双子という事で何度か訪問していただいている事がとてもありがたい。
2. 睡眠優先にしたかったため、訪問を希望しなかった
3. かわいいね、大変だね。困ったことがあったら連絡くださいね。でそれ以上のフォローはない。あまり意味がないなと思った。
4. 特になし
5. 体重の重い方で授乳の練習をしてみて下さいと言われてたが、どちらにも授乳を平等にしたかった私には合わない事があった。
6. 単発の訪問事業等では、成長に応じた悩みが出て来た時に困るので長期でのサポートを行って欲しい。一歳を過ぎてからのサポートを増やしてほしい。
7. 訪問時期に実家にいましたが、その地域の保健師さんに話してもらい、また双子だからと言う理由で不安を言ったら2回機会を作ってもらえて有り難かったです。
8. 求める回答が返ってくると感じたことはない
9. 出産後、産後デイを利用したいとこちらから電話をかけ、「面談が必要な為、赤ちゃん訪問と面談を同時にする。訪問の日程調整をする」という旨言われましたがそれからなかなか連絡なく、再度こちらから催促し、やっと訪問がありました。  
日頃「何でも相談してください」と言われますが信用できないと感じました。
10. 市から4人も来たのに誰も助けになる答えをくれず役に立たないと思った。  
もっと知識を身につけて欲しい。  
サービスを紹介されたは良いが、自分の休息時間を確保したいのに宿泊型や訪問型などの産後ケアサービスは、母親も一緒にいなければならず必要性を感じないものばかりで全く使えなかった。
11. 質問しても答えは曖昧だった
12. 上の子もいたので、お母さん慣れてるから大丈夫よね！と言われてそうですね。しか言えなかった。  
家も同居でフォローがあるので、心配ないね。いざとなったら連絡ください、と言われてたが、どうせ何もしてくれないと思ったので特に電話しようと思わなかった。  
ミルクを飲ませるのを手伝ってくれたが、泡までしっかり飲ませていて、吐き戻したので頼りにならないと思った。
13. 多胎児家庭には、母親の希望があれば月に一回訪問するなどの配慮がほしい。  
育児に不安があっても二人つれて市役所にはなしにいくとか、長時間電話するとかは不可能。  
母親の精神状態を確認した上で、必要な支援が受けれるようこまめな赤ちゃん訪問をしたほうがよい。
14. 多胎ということで、何度も来ていただいて心強かった。訪問事業の助産師さんに、訪問助産師による母乳外来など紹介してもらえてありがたかった。

15. 何のための訪問なのか、目的がわからなかった。
16. こちらの話を丁寧に聞いてくれてありがたかったです。
17. 育児が大変で来ていただいた記憶がなく、申し訳ありません。
18. 大人が 2 人になる安心感と、話し相手になってもらえただけで気持ちが楽になった。もっと来てほしかった。
19. 多胎の知識も無いし、辛さを吐露したらそこで初めて市の週 1 家事育児 1 時間のサポートがあることを伝えられた。  
多胎の場合はもう一番最初にそれ出して！って思った。  
泣かなかつたら出さないんですか？  
あと多胎支援とかどんなものがあるか教えて欲しかったし、知識不足を感じる保健師さん多かった。  
ちゃんと多胎家庭には多胎の知識のある人連れてきてほしい。  
お母さん休んでくださいねとか定型言葉の慰めが本当にイラッとしたし、対応してる間少しでも寝させて欲しかった。
20. 育児不安を伝えたが、あまり不安は解消されなかった。  
後で少しずつわかったが、多胎児支援について十分に教えてもらえなかった。
21. 1 度ではなく 2.3 度来て欲しい
22. 発育を見てもらえたのは安心だった。
23. 四日市の方に帰っていた時期だったのでそちらの方に来てもらったが、のちのち東員町からも来てほしいなと感じた。  
形式的だなあと感じた。
24. 里帰りで担当でないからと言われてなにもいえなかった。聞いても担当に聞いてといわれた
25. ホットしたのを覚えています。支援センターについて教えていただき、とても助かりました。
26. 短時間の 1 回だけの訪問なので、継続的な活動があればいいなと思いました。
27. 鈴鹿市の多胎支援の情報不足を感じた。産前に桑名市に住んでいた時は、保健師の方がこまめに電話をしてくれて、相談に乗ってくれたり多胎支援に力を入れていることを感じ安心感がありました。
28. 助産師さんなりにお母さん頑張ってるね、大変だね！と寄り添ってくれましたが、やっぱり双子育児の当事者ではないんだなと感じました。
29. 保健師さんがいつも親身に話を聞いてくれて、三つ子のこともよく見てくださって、今もずっと関わってくださるので頼りにしています

## 育児支援サービスの利用状況

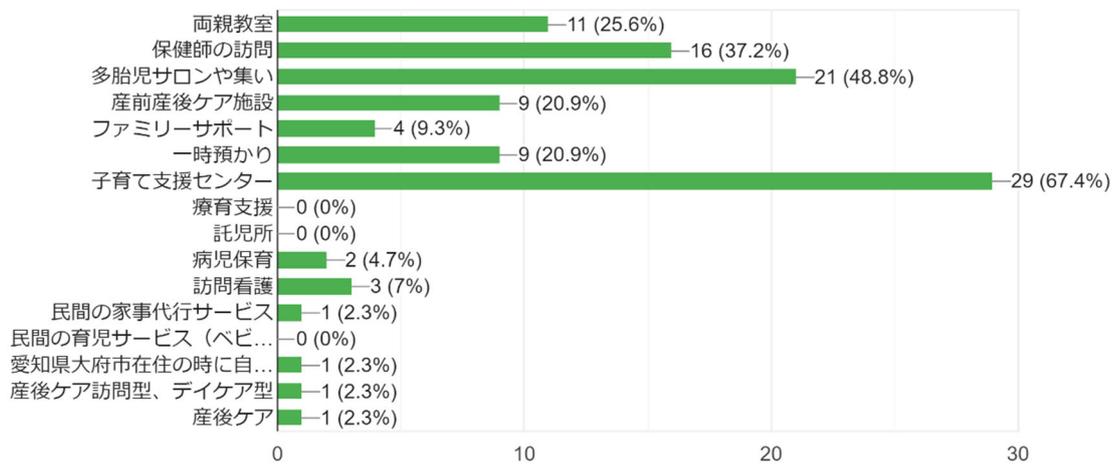
【支援サービスの利用状況について】 これまでに利...児支援サービスを利用したことはありますか？

72件の回答



【支援サービスを利用した方へ】 これまでに利用され...児支援サービスを教えてください(複数回答可)

43件の回答



「…」文章省略のテキスト補足

【支援サービスを利用した方へ】 これまでに利用された行政や自治体、民間、病院の育児支援サービスを教えてください(複数回答可)

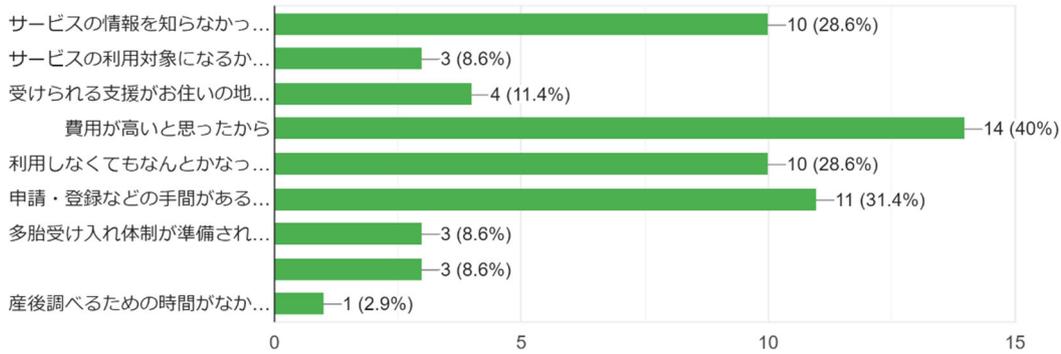
民間の育児サービス (ベビーシッターなど)

※「民間の育児サービス (ベビーシッターなど)」以下の質問項目はアンケート回答者独自で追加された項目となります。

【支援サービスを利用しなかった方へ

】サービスを利用しなかった理由を教えてください（複数回答可）

35件の回答



「…」文章省略のテキスト補足

サービスの情報を知らなかったから

サービスの利用対象になるかわからなかったから

受けられる支援がお住いの地域になかったから

利用しなくてもなんとかなったから

申請・登録などの手間があるから

多胎受け入れ体制が準備されていなかったから

※「多胎受け入れ体制が準備されていなかったから」以下の質問項目はアンケート回答者独自で追加された項目となります。

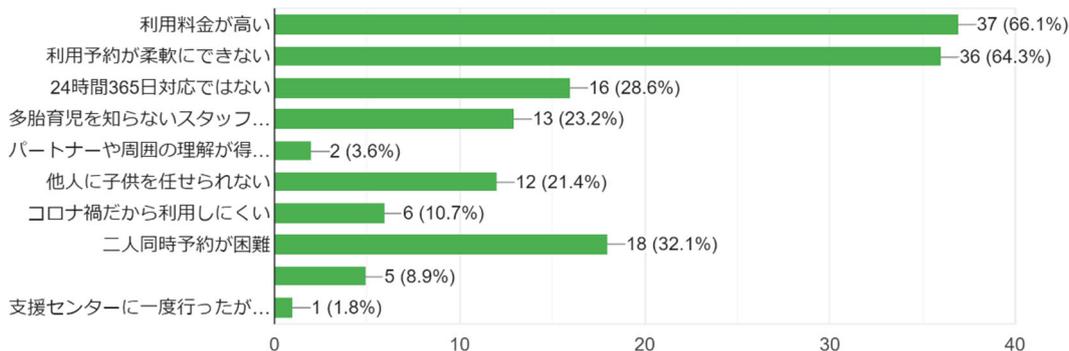
【支援サービスを利用しなかった方へ】 「その他」を選ばれた方は差し支えなければこちらにご記入ください。

6 件の回答

- まず連れ出すのが大変。準備も大変。
- 支援センター以外は利用していない。手続きが面倒だったり、料金がかかるので家計的に余裕がなく自分でやらざる負えなかった。
- 親族のサポートをうけるために県外の実家に里帰り中で受けられない、支援サービスの情報が入ってこない
- こちらが必要だと思うサービスがなく、家族の協力で乗り越えるしかなかった。
- 基本は家族で子育てできたから。
- よっぽどじゃない限り、利用したらダメかなという気持ちがあったため。

【支援サービスの利用検討時】気になることは?(複数選択可)

56 件の回答



「…」文章省略のテキスト補足

多胎育児を知らないスタッフが多い

パートナーや周囲の理解が得られない

※「二人同時予約が困難」以下の質問項目はアンケート回答者独自で追加された項目となります。

【支援サービスの利用検討時】 「その他」を選ばれた方は差し支えなければこちらにご記入ください。

5 件の回答

- 離乳食が完了しておらず、預けるのが心配
- 家族に持病持ちがいる為コロナ観点から接触者を増やせなかった
- デイケアは、私一人で、生まれてまだ間もない小さな赤ちゃん二人を車に乗せて行くというのが怖くてとてもストレスでした。利用予約を入れる時にためらう気持ちがいつもありました。
- 支援サービス事業者の人員不足なのか?こちらが希望の日にちを予約できない
- 桑名市が昨年より始めた多胎児家庭へのサポート事業を利用したいと思っていましたが、利用予約が 10 日前までと縛りがあり、10 日前からわかっている予定なら、身近な家族に依頼できると思います。

こちらが求めているのは、やはり今日明日の人手です。

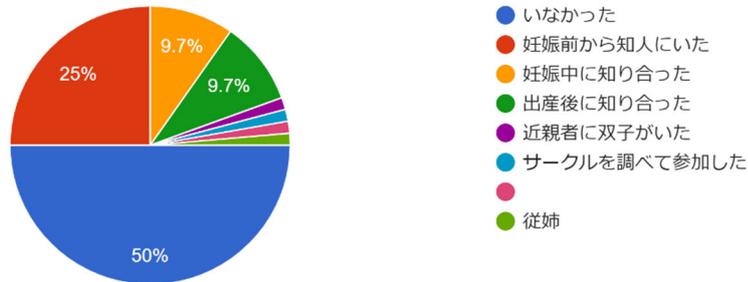
突然子どもが体調を崩したけど、元気な子たちを見てくれる人がいないので、病院へ連れて行けない、買い物に突然出られなくなったなど、急を要することばかりなので、せめて 2、3 日前までと緩和してもらえたら利用しやすいです。

また、具体的に家事サポートを依頼したいのですが、どこまで何を事前に準備しておいたら良いのかもわからず、利用できていないです。

## ピアサポートについて

多胎育児の経験者は身近にいましたか？

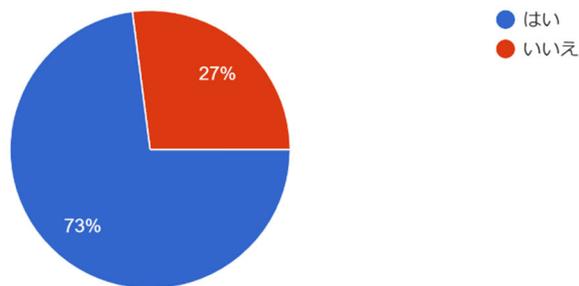
72 件の回答



## 『いなかった』方へ

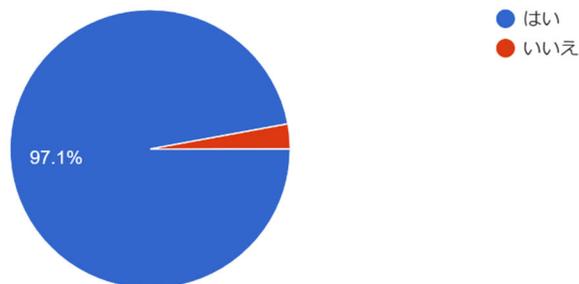
『いなかった』方へ質問です。いたら違ったと思いますか。

37 件の回答



自分より後に多胎育児をする方の役に立ちたいと思いますか？

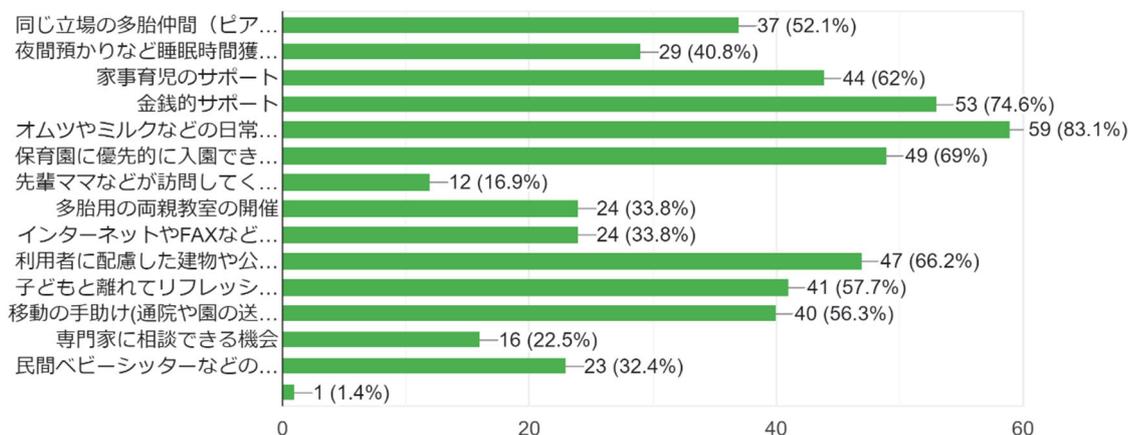
69 件の回答



## 多胎育児に必要なサポートとは

今後、多胎育児にどのようなサービスやサポートがあれば良いと思いますか?(複数回答可)

71件の回答



「…」文章省略のテキスト補足

同じ立場の多胎仲間（ピア）との交流や繋がり作り

夜間預かりなど睡眠時間獲得場所

オムツやミルクなどの日用品支援

保育園に優先的に入園できる多胎加点

先輩ママなどが訪問してくれるピアサポート

インターネットやFAXなどによる書類受付またはオンライン受付

利用者に配慮した建物や公園などの構造

子どもと離れてリフレッシュする機会

移動の手助け(通院や園の送迎など)

民間ベビーシッターなどの補助

※「民間ベビーシッターなどの補助」以下の質問項目はアンケート回答者独自で追加された項目となります。

「その他」を選ばれた方は差し支えなければこちらにご記入ください。

1件の回答

- 地元では、多胎に関わらずですが確か、キューピーからの協力で、少しですがベビーフードの配布がありました。大人の食事はどうにかなるけれど子どもたちの食事はどうにもならないので助かるなあと思います。

## 多胎育児について

多胎育児を通して、うれしかったことや良かったこと、大変だったこと、現在困っていることなど、自由にご記入ください。

59 件の回答

1. 双子のベビーカーで連れていくだけでたくさんの方に応援などの声をかけていただいたのが嬉しかった。
2. 2人で仲良く遊んでいる姿を見ることが微笑ましくうれしく思いました。現在は小学生になり、お手伝いができるようになったので育児に関してはあまり大変だとは思いません。
3. 乳児期の双子は1人育児の4倍は大変だと思います。一日の大半がケンカの仲裁で終わることも多かったです。病気の子を1人診る方が、毎日の双子のお世話よりもはるかに楽に思えました。大変でも2倍以上のかわいさの方が上回り、毎日を乗り越えられていました。

双子の娘が5歳になった今、育児もはるかに楽になり、毎日がとても楽しく、双子に産まれてきてくれてありがとう！！と感ずることばかりです。

仲良く双子の娘が遊んでいる姿は、可愛さも半端ないです。乳幼児期の大変さを乗り越えて今があり、この幸せは双子をもつ親しか味わえない特権だと思います。

4. 生後3ヶ月くらいまでは同時に泣いていても1人しか対応できない事を心苦しく思っていたが、今は2人が互いを徐々に認識してきている様子が見られて楽しい。  
育児も大変だが、2人が可愛いので双子で良かった。
5. 多胎は大変だけどすごく可愛い
6. 双子ベビーカーでお散歩していると、たくさんの人に可愛いと声をかけて貰えることが嬉しかったです。今はイヤイヤ期に入り、全く同じ服じゃないとダメだったり、相手のものが欲しくなったりが大変です。
7. **たくさんの方に声をかけていただいたことが嬉しかった**です。  
単体出産や育児ではあり得なかったことだなど。
8. 大変よりも可愛い！癒される！が勝ちます。  
上の子(療育通っています)の育児の方が大変で3人同時に泣かれた時は、イライラしたり気が滅入ったりはします。それでも双子が生まれてきてくれて本当に良かったと心から思います。
9. 多胎育児の大変さはありましたが、外出時困っている時は、双子で目立つのか声をかけてもらうことも多く嬉しかったです。  
現在は3歳になったので、大分楽になりましたが、この**大変な乳児期を支えてもらった方々のおかげ**だと思っています。転居前の愛知県大府市の多胎児支援を利用させてもらったのは本当にありがたかったです。今後三重県の多胎児育児支援がより良いものとなりますように。
10. 周りの方のサポートが本当にありがたく助かっています。双子だから大変ということもありますが、私の場合は母を独占したい兄への対応で今も1番悩んでいます。

何を誰に相談しても「下が双子だからお兄ちゃんが寂しいのは仕方がない」というニュアンスの回答をもらってしまい、何も解決しない&兄に悪いなあという気持ちになってしまい母の心もスッキリはしません。

私の場合は保育園の先生と妊娠中に知り合った双子ママさんのサポート、サークルチェリーという双子サークルでのリフレッシュに助けられました。ありがたかったです。今後もう少し子どもたちが大きくなったら、同じように悩む多胎児母の気持ちを聞いてあげられるように、サポート事業に参加させてもらえたらなあと思います。

11. 津市は支援がなかった。自分たちでやるしかないが、夫婦共に精神的に余裕がなくしんどい。妻に余裕ができるためにも、日中の家事支援などがあればと思う。双子の上に兄弟もいるため、保育園の送迎なども妻が1人で全てやっていた。

急病などの際も妻が1人で混んでいる病院に連れて行くこともあった。診察までに1時間以上待たされ、帰宅後はご飯にお風呂寝かしつけなど、1人で行っていた。

手伝いたくても仕事で手伝えず、負担は全て妻に行っている。シッターやヘルパーなど人手が必要だ。

12. 生後間もない時は育児経験もなく、自信をなくしたり同時泣きにつらく思ったりしたが、だんだん子どもが大きくなるに連れて手の抜き方や休み方が分かり楽になったと思う。双子は2倍以上大変だけど、それ以上に同時に成長を見届けられることが幸せで楽しいと思う。ぜひ多胎児支援をもっと充実させて育児を楽しめる人が増えて欲しいと思う。

13. 道ゆく人に可愛いね、大変だけど頑張ってるね等、声をかけて頂ける機会が多いことはとても嬉しいです。公園など外でのびのびと遊ばせてあげたいが、大人1人で一歳児2人を安全に見る事は困難で、行ける場所がかなり限られている。桜の森公園のように、低月齢向けに囲われた整備された公園や施設が増えて欲しい。

14. 同じ顔の赤ちゃんや幼児、子どもが並んで遊んでいる姿は最高にかわいい。疲れも吹き飛ばす。仲が良すぎて、すぐに激しく喧嘩するのが辛い。本人達はコミュニケーションなのか、すぐに何事もなかったようになるけど、喧嘩中に中立の立場に立たされるのが辛い。

15. コロナ禍での保育所休園、インフルエンザの学年閉鎖など、在宅で過ごさなければならぬ時に年齢差がないので力関係による喧嘩などなかったのは幸いでした。

学用品や服などはお下がりを使っていくことが出来ないのが家計には辛いところです。

16. 大変なことも良かったこともあり過ぎて壮絶な4年間でしたが、とにかく双子でよかったです。

17. 津市は多胎児家庭への支援が現在は皆無です。ファミサポも考えましたが、提供会員宅での預かりのみと言われ、断念。小学1、2年の年子の男児と10ヶ月の男女の双子を日中は1人でお世話。双子だから気軽に外出もできず、息がつまり、上の2人にキツく当たってしまうことばかり。

そして反省しますが、心に余裕がなく毎日同じことの繰り返し。人手が欲しいんです。誰か大人がもう1人一緒に手伝ってくれるだけで、話もできるし、絶対心に余裕ができるのです。

ヘルパー派遣のような制度があればと切実に願っています。

双子同士のおもちゃの取り合いや2人で笑い合ってる姿は双子でしか味わえない可愛さではありますが、大変さの方が上回っています。夫婦喧嘩もかなり増えました。

これからの多胎児家庭にこんな思いをしてほしくないと、市役所に話をしに行ったり、個人的に市議会議員さん 2 人や新聞社さんに資料を作成し、多胎児家庭についての話をしたりして、支援の充実に求めたこともあります。そして、今月の議会で多胎児家庭について取り上げますという嬉しい報告も 1 人の議員さんから頂きました。

マイノリティだからこそ、誰かが声をあげないと気づいてもらえないと思っています。

津市では多胎児サークルもなく、1 人で行政の支援がないことに悶々としておりますので、みなさんの活動にご協力できたらと思います。

またよければ、ご連絡ください。

18. 双子が現在仲良く遊んでいる姿を見て、双子でよかったなと思える。他のママさん達も、双子であることが幸せだと思えるような育児体制であるといい

19. 今となっては本当に可愛くいい思い出ですが乳児期の時の育児は大変でした。睡眠時間もほとんど取れず辛くてよく泣いていました。多胎育児を今から経験する人の為にももっと色々なサービスや助かる制度が出来たらいいなと思います。

20. 1.5 歳差の上の子と 3 人を 1 人でお風呂に入れるのが、溺れないかとか監視しながら立ったので本当に大変でした。

復職してからも呼び出しの嵐。

1 週間まともに働けた試しがなかった記憶があります。

今でも川やうみなど大人と一対一で見れない所は行かないようにしています。

金銭面でのフォローとでてきますが、それは必要ないと思っています。一気に必要だけど、3 人育てる人と最終出費は同じなので。それに応じて貯金すればいいだけなので。それは周りの家庭と何ら変わらないかと。優遇は必要ないと考えます

21. 10 ヶ月健診で人見知りをしない。親の真似をしない。の指摘がありました。その後初めて里帰りをして、おじいちゃんおばあちゃんべつたりの生活になりましたが、すぐに人見知りが始まり、あんなことやこんなことまで、周囲の真似を始めました笑。

タイミングもあったのかもしれませんが、夫婦二人では十分な関わりが持てていなかったのかなあ。と思いました。

双子、とにかくかわいいです！私は有り難いことに、妊娠中も先生が笑うくらいにトラブル知らずで過ごしました。産後もその勢いで突き進んでいます。

双子の一人が 9 ヶ月の頃入院したことがありました。きっと体がきつくて、ずっとぐずっていたけれど、唯一笑ってくれるのは双子の相方の動画を見る時でした。私はそれを見て、私の知らない二人の絆を目にした気がしました。そんな二人の親でいれることが、誇らしかったし、嬉しかったです。

二人が生まれるまでは適当にやってきましたが、元気に彼らと少しでも長くいられるように健康診断もしっかり受けるようになりました！コロナも落ち着きだし、これからが楽しみです！

22. 妊娠中たいへんで産後も大変でしたが、二人が可愛く、兄弟も可愛がってお世話も手伝ってくれたので、いまがあります。

手助けがないとほんとに大変だとおもいます。

学校に上がるにつれやはりお金が二倍かかるので、やはりそこを何とかして欲しい。

金銭的に大変になります!!

23. かわいいねと言われる事が1人の子に比べると多く助けてくれることも多々感じました。

24. 2人が仲良く遊んでいるのを見るととても可愛らしく幸せな気持ちになります。

すぐけんかするし、よく泣くし抱っこ抱っこでなかなか家事は進まないし甘えん坊だけど2人できゅきゅ言ってる姿は今しか見れない宝物だなあと感じます！トイトレもうすぐ始めないとなあと億劫です。

25. 大変は凄く大変だけど双子はとっても可愛いし、大変な分成長を凄く感じる。

もっと双子ママパパが双子が産まれてきても色んな支援など使っても楽しく育児ができるといいなと思います。

26. 母体が危ないということで34週で産みました。一人は2200、もう一人は1800で産まれてNICUにいき、一緒に退院はできませんでした。2200の子のほうが先に退院して、2週間後に1800の子も退院して、二人ともすごく大きな声のでるし手足もバタバタ動かすことができ、嬉しかったのを覚えています。

二人とも性格や好きなものもちがい、顔も大きさも全然似てないけど、お兄ちゃんが大好きなのは一緒にいつもまとわりついてます。子どもたち3人が集まり、ニコニコしているとみんな産んでよかったなと強く思います。

もちろん双子同士で喧嘩もするし、いや！と言って逃げられるし、親が笑顔になれないこともあります。けど、この子たちを産んで後悔したことはないです。

困っていることとして多胎児はお金が必要で、フォローサポートもありません。国が子どもを増やしたいなら、所得制限や毎月のお金などをしっかり考えてほしいです。今のままでは子どもを減らしていきたい政策しか打ち出されていません。

27. 双子を通して声をかけられることが多くなり、人と話さることがうれしかった。

夜泣きが交互で睡眠時間があまり取れず上の子の事もやらなくてはならないので大変だった。

今悩んでいるのは保育園のお迎え時には走り出してしまうため2人同士に止めることができず車が来て危なかったことがあり運転手さんに迷惑をかけてしまったこと。

保育園へ入る前は上の子の参観日など預け先がなく双子を連れて行かなくてはならず参観どころではなくなってしまっていたのが大変であり上の子の成長をあまり見れなかった。

28. 嬉しかったことは、どこに行っても声をかけてもらえる

大変だったことは生活全般。自分の時間もないし、手が足りない

29. 双子はとにかく可愛い！2人の間で寝たり、2人がニコニコ抱っこを求めてくれたり、とても幸せです！1回しか産んでないのにラッキーだなと思います。

2歳になる少し前くらいから、2人で遊んでくれる時間が増えたのでとても楽になった。真似し合っ

たり競い合ったりするからこそ、スムーズにすすむこともたくさんある。

30. 毎日のイヤイヤに、喧嘩が絶えないことはとても大変です。

双子用ベビーカーを迷惑そうにされたり、入るお店を考えなければならなかったりすることは辛いですが、外に出ると必ず声をかけてもらいかわいいね、と言ってもらえることはとても嬉しかったです。

31. 双子を妊娠して自分の所を選んできてくれたのかなと思うととても嬉しくて、外を歩いている、かわいいと言ってもらえることも多く嬉しい反面、それ対して笑顔で返答する元気がない時は出かけづらいです。

また便利グッズにかかる費用や探すだけでも労力がかかり、経済的な支援があればもう少し躊躇なく買えるのかなと思います。

双子サークルは開いてもらっていても参加している人が少なく交流までは難しく、役所で同じ年齢くらいの双子がいるか聞いたところ、いると言われただけで、双子同士を繋げようという取り組みはないのだと感じました。

今後保育園に入るに当たって、同じ所に入れるのか、イヤイヤ期を迎えるなか 2 人同時に送迎できるのかなど不安があります。

32. 保育園や小学校でも喧嘩はするものの、フォローもし合っているようで、安心できる。2 人の掛け合いを見ていると面白い。自分が双子を産んで育てている特別感もある。

33. 多胎育児は大変さも 2 倍ですが、嬉しさも 2 倍。他の方が経験できないことを経験できたという楽しさがありました。

ただ、一歳半で仕事復帰したので、子どもたちが小さい頃は常に寝不足。あまり記憶がありません。

もう少し利用できるサービスや金銭的にも、いろんなサポートがあればと思いました。(小学校入学時は準備物を一気に 2 個ずつ買わないといけなかったりしたので…これから中学・高校・大学の入学時を考えるとぞっとします)

我が家の双子は小学生になり、少しだけ育児が楽になりましたが、自分より後に多胎育児をする方が、もっと支援を受けられるようになるといいなと思います。

34. 双子同士で遊ぶ機会が増えてきた時は、親が遊び相手をしなくて良いので、一人っ子よりは楽できると感じた

35. 楽しかったり嬉しかったりは 2 倍でしたが、大変なのは 4 倍くらいでした(笑)

男の子の双子です。大きくなり、喧嘩が絶えず、これからは反抗期どうなるのかなあ。と不安はありますがこれからの成長が楽しみです。多分、女の子の双子さんより、子育ては大変な気がします。

36. 何もかも、自分で調べて行政の制度などを利用する。これを行政から、事細かく母子手帳取得の時に案内して欲しいと思った。

出掛けると双子だからと、話しかけられたり、ずっと見られたりするのが嫌な気持ちになる。

6 ヶ月を過ぎた頃から少しずつ、双子の成長や表情をちゃんと見てあげられるようになって、可愛さが倍増でした。

37. なんて双子なんだろうと泣きたくなる場面が何度もあった。
- 調べていくうちに双子や三つ子の大変さやマイノリティさゆえに自分達で頑張れ！みたいな支援のない落とし穴にハマったような絶望感があった。
- 例えばファミサポを使いたくても地域では施設に連れて行くしかなかったり、かつ低月齢の双子だと断られたり。
- 人手が絶対的に必要なのにそこを支えるサービスが何もない。
- 家事育児などの人材派遣型サービスが欲しいです。
- 無いならせめて民間シッターなどの補助が欲しい。
- とにかく親を休ませないと産後鬱や自殺、虐待まっしぐらだと思う。
- 我が子が可愛く思えないなんて最大の不幸。
- 普通に喜べる瞬間をもっと増やしてほしいです。
38. 2人で並んでる姿は毎日すごく可愛いく癒しです。
- 1人で2人を見ていくことがなかなかできず悔しい思いを日々しています。
- 特に産後は心身ともにぼろぼろできつかったと思います。
39. 昼寝をしっかりと寝てくれる子、あまり寝ない子で時間を合わせて寝てくれることが少ない。寝ている間に、やりたい事が少ししか進められない事も多々ある。
- 嬉しかった事は、双子と一緒に遊んで楽しそうに笑い合ったりしているのは、双子で良かったと心から思う！
40. 大変だった分、多胎児を授かって幸せだったことが多いと思った。
41. 良かったことは、双子同士で遊ぶ時間がある事。その間は機嫌良くすごしてくれるし、なにより2人で遊ぶ姿が可愛い。
- 現在困っているのは上の子との時間が取れない事。双子にかかりきりで、なかなか上の子とゆっくり過ごせず、上の子はほとんど義実家でみてもらっているような状況。
- 今後の心配は3人が同じ保育園に入れるのか。3人別々のところに送迎しなければいけないのは大変なので。
42. 散歩しているだけでも色んな方にお声がけしてもらえる、子育てを応援してもらえる
- 賃貸探しが予定より遅れている、双子を世話しながらお部屋探しをするのが難しい
43. 周囲の人の優しさに気づけたこと。外出が大変なのでもっとカートなど充実してほしい
44. 双子はどこへ行っても周囲の方から可愛いといってもらえて幸せでした。小さい頃は発育面などで不安を感じることも多かったです。
- 双子の子育てには、とにかく周囲のサポートと理解、子育てを主にしている親が孤独にならないことが大事だと思います。
45. とにかくオムツやミルクの減りが早いので市の支援があると助かった。
- 双子のベビーカーは目立つので、よく話しかけられるから嬉しい。

兄弟が多くて保育園の呼び出しがかなり多く、フルで働きたくてもなかなか難しいのが困ってる。

46. 外で自由に遊ばせてあげれない。蓋のされてない側溝があるので気をつけないといけないし、(役場に連絡もしてみたが車が通らないとできないといわれた)目を少しでも離すとエライことになりそう。常に気を張ってないといけない。

歩いて散歩に気軽にも行けない。外出も一人で気軽にいけない。行くぞ!と思っていかないと大変なのでほぼ行かない。今後イヤイヤ期などでてくる時の対応やトイトレなど一人にかけられる時間が少なくて二人同時にできるか不安でいっぱい。言葉の遅れなどもあり不安な日々である。

学童もいっぱいだと聞いたので二人入れるのかもまだまだ先だが心配になる。

ほとんどが大変であるけど、またそれが多胎児育児にとっては当たり前。でもやっぱり同時に一人と二人、三人は違うからやはりどこか区別をつけて欲しい。歳の違う兄弟とはまた違う育児だと思うので。

47. 2人いるので可愛さは倍増でしたが、小さい時にあまり抱っこしてあげられた。という実感持てなかった…

48. 無事に産まれてくれていることが一番うれしい。でも二人が同時に泣くとどうしようもなくつらい。金銭的にも余裕がないため住む所もなやんでいる。

近所に申し訳ない。

49. 特別な感じがとても可愛く、嬉しい。特別な経験と思うと頑張れることが多い。

50. 2人が仲良くしているところを見ると、これからも頑張ろうという気持ちになります。

51. 生まれてから1年間は何してたかあんまり記憶ないくらい大変やったけど、双子は双子同士の関わり方みてたらすごい可愛い

年長さんになった今はよく喧嘩もしてるけど、いつでも何をしてもお互いのこと思ってるからそこは双子はすごいなって思う。

年の違う兄妹だとそこまで兄妹のこと思ってもない感じがする

双子と姉の関わり方をみてそう感じる

52. 何をするのも2倍以上の大変さで、生後しばらくは可愛いと思って写真を撮る余裕もありませんでした。

3時間おきの授乳も、子どもが寝ている間、搾乳に哺乳瓶洗い、吐き戻しの洗濯と休む時間がありませんでした。

今も常に2人からママママと言われ、2人で悪ふざけをして大変です。それでもやっぱり可愛さも2倍以上です。双子でよかったと思います。

また、単胎ではあまり見られない光景ですが、双子でスーパーや街を歩いていると、必ずすれ違う双子ファミリーが話しかけてくれて、多胎ならではの絆をすごく感じます。

ショッピングモールに出かけた際、フードコートが満席で席がどこもなく途方に暮れていたら、双子の小学生が「席あくのでどうぞと」言いに来てくれたことは今でも嬉しかった思い出です。

私の場合は、近くに両親が住んでいるので頼れる人がいますが、頼る人がいないママは想像を絶す

る大変さだと思います。そういった孤独な人が救われるような対策があるといいなと思います。

多胎の大変さは、実際にやってる人じゃないと分からないとは思いますが、それでも、少しずつ理解されるようになれば嬉しいです。

53. 多胎妊娠がわかってから妊娠中はハイリスクという言葉が常に頭にあり、とにかく不安でした。産後も単胎のお母さんたちがしているのに自分は二人いるからできないと我慢することは多く、うらやましいと感じることはたくさんありました。

多胎ママパパにしかわからない事はどうしてもあると思いますが、道端等で悪気のない嫌な言葉をかけられることもストレスで外出を躊躇ってしまいます。(一度に育児が終わるからいいねや、双子ちゃんうらやましいわと安易に言われると、双子育児やったことあるの?と尖った気持ちになります。双子親の先輩たちは大変さを知っているからこそ安易にこういった言葉は言わないように感じています。)

また、産後からずっと体調に波があり、自分が育児ノイローゼだと感じることもありますが、双子をみながら自分が通院したりすることにハードルを感じているので、そういった不調の時にどこに相談すればいいのかがもっと身近にあればいいなと思います。

54. 嬉しかったことは、やはり双子の母親になれたことです。同時に、辛かったことや大変だったこともたくさんあり、どれだけ母親失格だと自分を責めて泣いてきたかわかりません。上の子にも申し訳ない気持ちでいっぱい、誰に対しても中途半端な関わりしか持てていないなと思って、今後の成長に不安を感じることもあります。

今は多胎児ママさんのお友達がいないので、やっぱり知り合って他愛もないあれこれを話して共感して、これからの子育てを前向きにしていきたいです。

職場に理解してもらうにも難しく、どうしたら双子育児の壮絶さを理解してもらえるのかと日々感じています。

55. 大変さは2倍どころではなく2乗だと思っていましたが、かわいさはそれ以上にもっとたくさんです。

双子だからこそそのケンカも多いかもしれませんが、2人でやりとりをして遊ぶことも多くなってきて、同じ年で同じもので遊びながらやりとりできるのは双子の特権だとしみじみ思っています。

祖父母の協力があっても、やはり、0~1歳児代はものすごく大変でした。ベビーカーなしでも買い物先で言うことを聞いてくれるようになったりしてきた頃に、ようやく少し楽になったなと感じました。

多胎家庭の方々と交流したいと思いつつも、平日の開催が多く、平日にフルで仕事をしている身としては残念だと感じています。

56. 買い物に行きたくても2人同時に泣いたらどうしよう?授乳時間がずれているから1人だけお腹空いて泣き出したらどうしよう?

ずっと家でぐずぐずしているけど外に連れ出すのも大変で辛かったです。

夜ご飯も主人が帰ってくるまで作れず、でも上の子はお腹空いて早くご飯食べたいと言ってきたり…

でももう1歳9ヶ月になり2人で遊んでくれたり時には喧嘩して物の取り合いなどしてますが同じ顔、同じ背丈の2人がわちゃわちゃしてる姿本当に可愛いです。

『じゅんばん！』と2人でいいながらいろんなことをしています

いろんなことが辛くて、なぜ双子だったんだろうと思ったこと何度もありますがやっぱり双子でよかったですとても可愛いです

57. どこに行ってもよく覚えてもらえるので、ベビー用品店でミルクの試供品などをサービスして下さることが本当に助かります。

年齢の違う兄弟ならお下がりが見えるものも、すべて3つ用意しなければならない(ベビーチェアやチャイルドシート、洋服など)けれど、自分は中古品に抵抗があって全て新品を購入しました。

その分、行政からミルクやおむつの支援をしていただけたらいいのになと思ってました。(明石市はそうしてもらえると聞いたので)

58. 外出等にも2人いるから諦める事が増えて家で殆どを過ごして塞ぎがちになってしまう事もあるけど、やっぱり子供が楽しそうに2人ではしゃいでる姿を見ると、可愛くてとても癒されます。大変な事もあるけど、毎日楽しく過ごせてます。

59. 4歳くらいまでは大変で毎日泣いてるか怒ってるか辛い子育てでしたが、可愛いところも沢山ありました。

今では自分の経験が周りの多胎児親に貢献できるの思うとすごく嬉しいです。クラスが同じだと、授業参観が楽です(笑)忘れ物や予定帳を書き忘れても、双子で教えあったり確認できるので、1年生の時は良かったなと思いました。

### 三重県多胎育児サークルふたばについて

今回三重県で、75 名（未就学児 58 名、小学生以上 14 名、妊娠中 3 名）の多胎家庭の皆様アンケート調査へご協力をいただきました。

多忙な育児・妊娠中の合間をぬって、たくさんのリアルな声をお寄せいただき本当にありがとうございます。

今回のアンケート結果から、多胎育児の現状や課題があきらかになったと思います。

特に産後 0-1 歳の多胎育児の人手サポートの重要性や年齢ごとの悩み、行政に望む支援のあり方も見えてきました。

今回のアンケートを通して、多胎育児の現状を社会の人たちに理解していただくことで、三重県が多胎児家庭だけではなく、全ての子育て家庭に優しく、子育てしやすい環境が充実するきっかけとなったら幸いです。

『三重県多胎育児サークルふたば』では今回のアンケート結果をホームページに掲載するとともに、今後はアンケート結果を基にした提言書の作成および行政への働きかけを開始する予定です。

今後も SNS を中心に多胎育児に役立つ情報や三重県が多胎ママたちの声を発信しながら、サークル入会者専用オープンチャットや交流会開催など、できることから取り組んでいこうと思います。

### 本資料および団体に関するお問い合わせ

本資料は Google フォームより得た下記回答結果 PDF をより見やすく編集したデータとなります。

<https://clover4u.xsrv.jp/twins/wp-content/uploads/mietatai0601-0630.pdf>

ご意見ご質問などのお問い合わせは下記 HP のお問い合わせフォームよりご連絡ください。

三重県多胎育児サークルふたば <https://clover4u.xsrv.jp/>