

富山大学人文学部令和3年度卒業論文

多胎育児の困難と多胎サークルの意義

富山大学人文学部人文学科
社会文化コース社会学分野
学籍番号 11810128
氏名 真柄美季

目次

第1章 問題関心	1
第2章 先行研究	2
第3章 調査	4
第1節 調査概要	4
第2節 tatai fam について	7
第1項 設立経緯	7
第2項 会員	8
第3項 活動	8
第4項 行政・他団体との関係	9
第5項 今後について	9
第4章 分析	11
第1節 妊娠から出産	11
第2節 母乳で育てたい	12
第3節 外出の困難	13
第4節 理解されていないという感覚	15
第5節 専門職の育児指導に対する違和感	18
第6節 tatai fam に参加しての心境の変化	18
第7節 tatai fam で得るアイデア	21
第5章 考察	24
第1節 本稿で明らかにしたこと	24
第2節 先行研究との比較	24
第1項 多胎育児の困難	24
第2項 多胎育児の社会的困難	24
第3節 最後に	25
巻末資料	28

第1章 問題関心

厚生労働省の人口動態統計によると多胎出生は体外受精が本格化しはじめた1980年代後半以降に急増した。2005年以降生殖補助医療における単一胚移植の推進と排卵誘発技術の向上により減少したが（大木 2020）、2014年以降は微減少傾向にあるもののほとんど横ばいである（e-Stat 政府統計の総合窓口）。また現在、多胎出生の約4割は不妊治療によるものである（大木 2020）。

2018年1月には愛知県豊田市で三つ子の母親が次男を虐待死させるという事件があり、多胎育児の過酷さは改めて注目されることとなった。多胎育児には単胎育児の困難とは異なる特有の困難があるため、多胎育児特有の困難の分かち合いを求め各地で多胎サークルが立ち上げられている（越智・横田 2011）。大木（2020）によると、1967年にツインマザースクラブ（注1）が設立され、以降全国規模の多胎サークルを中心とした組織的支援がはじまった。1990年前後から地域密着型の多胎サークルが増加し支援を担うと同時に、保健所主催の多胎育児教室がはじまる。2003年以降多胎育児経験者と保健行政機関、専門職、研究機関との連携による地域多胎ネットワークが誕生する。

また、厚生労働省は、孤立しやすく産前産後の育児等の負担が多い多胎妊婦、多胎家庭への「多胎ピアサポート事業」や「多胎妊産婦サポーター等事業」を実施するための経費を令和2年度予算案で計上している（厚生労働省 2020a）（注2）。政府による多胎家庭に特化した支援策はこれが初めてである。

そうした中で本研究は、富山県が多胎育児者サークル「tatai fam」を事例として、多胎育児サークルではどのようなことが行われ、多胎育児者になにをもたらししているのか、なぜ多胎育児者は多胎サークルを必要としているのかを調査した。

第2章 先行研究

村上・中新・鈴井（2012）は中国地方の2県に住む、2歳未満の双子の母親10人にインタビューを行い、双子の母親の、乳幼児期の育児ストレスについて調査した。その結果、育児ストレスとして、出産～4か月までの期間は【双子育児に対する指導への戸惑い】【睡眠・休息の不足】【双子への授乳の困難さ】【双子育児への負担】【双子を連れての外出の困難さ】【ソーシャルサポートの不充分さ】【発達への不安】【上の子に十分対応できない申し訳なさ】が抽出された。

【双子育児に対する指導への戸惑い】では助産師や看護師の育児指導への戸惑いや苛立ちが、【睡眠・休息の不足】では双子のリズムの違いによる睡眠や昼間の休息の不足、【双子への授乳の困難さ】では首のすわっていない双子の同時授乳の困難さや、母乳とミルクのバランスが思うようにいかないなどの悩みが、【双子育児への負担】では1人で双子の世話ができるのかという不安や、1人で双子の世話をする身体的負担、泣きに対応する困難や、平等に対応できない申し訳なさなどの語りがあった。【双子を連れての外出の困難さ】では定額前の双子を1人で抱くのが怖い、2人同時に泣いたときの対応への不安などが、【ソーシャルサポートの不充分さ】では身内サポートの不足、双子サークルなどの情報の不足、上の子どもを保育園に入れたくても双子の育児のため母親が家にいるため入れられないなど外部サポートの不足という外的要因と、母親自身にサポートへの抵抗感や気兼ねがあるなどの内的要因が混在していた。【発達への不安】では早産である双子の発達への不安や双子の発達の違いを気にする語りがあった。【上の子に十分対応できない申し訳なさ】では双子の育児に追われて上の子に十分対応できないことや、上の子が思うように動いてくれないことへのイライラがあると語られていた。

5か月～12か月の期間は、【思い通りにならない双子育児の負担】【離乳食への負担】【自分の時間の確保困難】などが追加で抽出された。【思い通りにならない双子育児の負担】では児の発達によって母親の行動が制限されること、【離乳食への負担】では母親1人で双子1人ずつに食べさせることの負担、【自分の時間の確保困難】では育児に追われ自分1人の余暇の時間を作ることが困難であるということが語られていた。このように出産～4か月までの期間中には児の首が据わっていないことによるストレスが抽出され、児の定額という成長・発達の変化がストレスに影響を及ぼしていることを明らかにした。定額前のストレスが続けば、児への愛着形成に影響をきたすと論じ、多胎家庭への支援は特に定額までの時期が重要であると述べている。

越智・横田（2011）はこれまでに指摘されてきた身体的・精神的・経済的困難に加えて、子の一对一の関係とは異なる「子ども同士の関係」が存在するため平等への配慮が

必要であること、多胎育児者自身に単胎育児における基準や規範が内面化されていることなどの「社会的困難」もあると主張している。

母親の平等への配慮として、ふたご間できょうだい扱いをしないこと、ふたごが互いに、相手のほうが可愛がられていると感じないように平等に扱うことに気を配り、他者からどちらが兄（姉）なのかたずねられることを嫌っていることがわかる語りが引用されている。

また単胎育児では子どもが求めたタイミングで必要なケアを行うという、子どもペースの育児ができるが、それに対して多胎育児は一人にミルクを与えたら、もう一人がミルクをほしがっていても無理やりミルクを飲ませる、または子どもの要求にかかわらず授乳の時間を母親が決めてしまうなどの語りから、親ペースの育児が行われていると指摘している。そして多胎育児者にとっては親ペースの育児方法が相応しいが、それを子どもに対しても単胎育児者に対しても引け目に感じており、多胎育児者自身に単胎育児における基準や規範が内面化されていることが指摘されている。また、子どもが複数いれば順序があると考える先入観からの解放と、平等への配慮が必要であると指摘されている。

調査対象の多胎育児サークルでは、初めて来た参加者が子どもペースで世話をしているのに対し、他の参加者が『そんなんしてたらお母さん倒れるよー』と声をかけ、親ペースでの育児を知ることによって初めて来た参加者はカルチャーショックを受けるという。このことから、多胎サークルのようなピアサポートの場は、単に事情をよく知る人による共感サービスではなく育児規範を相対化する場となっていると述べている。また、「平等」とはなにか、実現する方法を引き続き検討したいと締めている。

第3章 調査

第1節 調査概要

tatai fam のママ会、tatai fam の集いのフィールドワーク調査と、それぞれの参加者へのインタビュー調査を行った。この他に tatai fam に協力いただき、tatai fam の公式 LINE から会員に URL を送信し、アンケート調査（巻末資料）を行った。

中澤智恵さん：tatai fam の代表/36 歳/長男（4 歳）とふたごの女の子（2 歳 7 ヶ月）の母/看護師として働いている（2020 年 11 月 9 日時点）

福田さん：36 歳/長女（6 歳）とふたごの男の子（3 歳）/パートタイム（2021 年 3 月 25 日時点）

松本さん：36 歳/ふたごの女の子（2 歳）/パートタイム/ふたごは会社の託児所を利用（2021 年 3 月 25 日時点）

宮崎さん：23 歳/ふたごの男の子（5 ヶ月）/週に一度アルバイト（2021 年 6 月 24 日時点）

丸山さん：33 歳/長男（5 歳）とふたごの男の子（2 歳）/現在は仕事を辞めている（2021 年 7 月 29 日時点）

金川さん：35 歳/長男（4 歳）とふたごの男の子（1 歳 4 ヶ月）/休職中（2021 年 8 月 13 日時点）

田中さん：33 歳/長女（4 歳）とふたご（2 ヶ月）（2021 年 10 月 28 日時点）

生駒さん：34 歳/ふたごの女の子（4 ヶ月）/育休中（2021 年 11 月 14 日時点）

中西さん：35 歳/長男（4 歳）と男女のふたご（1 歳）/専業主婦（2021 年 11 月 17 日時点）

中川さん：37 歳/ふたごの女の子（6 歳）/フルタイム（2021 年 11 月 18 日時点）

河口さん：35 歳/ふたごの女の子（6 歳）/フルタイム（2021 年 12 月 1 日時点）

顔合わせ

日時：2020 年 10 月 26 日（月）13：30～14：30

場所：TSUTAYA 富山有沢橋店内タリーズコーヒー

概要：サークルのフィールドワーク調査、インタビュー調査を行う前に tatai fam 代表の中澤智恵さんと顔合わせをした。

第1回ママ会フィールドワーク調査

日時：2020 年 11 月 9 日（月）10：00～12：00

場所：鶴坂公民館

概要： 5 人の多胎児の母親が参加。そのうち 2 人がふたごを連れてきていた。他の 3 人は子どもを保育園に預けて参加していた。

中澤さんへのインタビュー調査

日時：2020 年 12 月 9 日（水）13：30～14：30

場所：アルビスアリスショッピングセンター内フードコート

第 2 回ママ会フィールドワーク調査

日時：2021 年 3 月 25 日（木）10：00～12：00

場所：鶴坂公民館

概要：福田さん、松本さんの 2 人が参加。福田さんはふたごを保育園に預けており、松本さんはふたごを連れてきていた。

第 3 回ママ会フィールドワーク調査

日時：2021 年 6 月 24 日（木）10：00～12：00

場所：鶴坂公民館

概要：中西さん、丸山さん、金川さん、宮崎さんの 4 人が参加していた。中西さん、丸山さん、宮崎さんはふたごを連れて、金川さんはふたごのひとりだけを連れての参加。もうひとは夫が預かると申し出たとのこと。

第 1 回 tatai fam の集いフィールドワーク調査

日時：2021 年 7 月 22 日（木）9：30 受付開始 10：00～12：00 頃

場所：鶴坂公民館多目的ホール（体育館）

概要：アイシン軽金属（株）相撲部を招き力士と交流、ふたご家族写真撮影、多胎家族の交流フリートークタイム。

参加者：ふたご家族 15 組、内 6 組は父親も参加、父親と祖母のみの組もいた。

藤井富山市長、県議、市議、県子育て支援課職員、アイシン軽金属（株）相撲部
スタッフ：中澤さん、保育士 3 名、ふたごの母の保育士、ふたごの母 1 名、看護師 1 名、
カメラマン 1 名

メディア：北日本新聞、北陸中日新聞、BBT

丸山さんインタビュー

日時：2021 年 7 月 29 日（木）10：00～11：00

場所：富山市内 丸山さん宅

金川さんインタビュー

日時：2021年8月13日（金）10：00～10：30 頃

場所：電話インタビューのため互いに自宅

第4回ママ会フィールドワーク調査

日時：2021年10月28日（木）10：00～12：00

場所：鶴坂公民館

概要：参加者は中西さん、田中さん、生駒さん、他2人。全員ふたごを連れての参加。

第2回 tatai fam の集いフィールドワーク調査

日時：2021年11月3日（水）10：00～12：00

場所：射水市救急薬品市民交流プラザ

概要：ふたごの母であるヨガインストラクター藤岡樹里先生による親子体操（ロディヨガ）、フリートークタイム（子どもたち：お菓子釣り、ジュース配布、おやつタイム）、家族写真撮影会、解散後屋上でランチタイム（自由参加）

参加者：ふたご家族18組、福祉保健部の職員、保健師、奥野県議会議員、子育て支援課

スタッフ：9名（中澤さん他3名のふたごの母親、保育士2名、保育補助1名、看護師1名、真柄）、カメラマン1名

メディア：NHK

生駒さんインタビュー

日時：2021年11月14日（日）10：00～10：35

場所：電話インタビューのため互いに自宅

中西さんインタビュー

日時：2021年11月17日（水）10：00～10：50

場所：中西さんのご自宅（富山市）

中川さんインタビュー

日時：2021年11月18日（水）13：00～14：00

場所：コメダ珈琲店 富山呉羽店

アンケート調査

日時：2021年11月22日（月）～2021年12月15日（木）

第5回ママ会フィールドワーク調査

日時：2021年11月25日（木）10：00～12：00 頃

場所：鶴坂公民館

概要：田中さん、宮崎さん、他ふたごの母親3人が参加。うち1人は子どもを幼稚園に入れており、他の参加者の子どもの世話の手伝いをしたり、会話したりすることに徹していた。

河口さんインタビュー

日時：2021年12月1日（水）18：10～19：00

場所：マリエとやま 示野珈琲

tatai fam フリーマーケットフィールドワーク調査

日時：2021年12月4日（土）10：00～12：00

場所：鶴坂公民館多目的ホール（体育館）

概要：参加者は何時からでも参加可。参加者の参加費は200円。出品者が出品物のサイズや子どもの年齢を聞きこれから使えるようになるアイテムを教えたり、母親同士で交流したりしていた。

参加者：多胎家庭10組。母親と父親、母親と祖母、母親ひとりでの参加や多胎妊婦の参加も見られた。

出品者：多胎家庭7組。レジャーシートや机の上、ラックに値段をつけた服や靴おもちゃを並べていた。出品物は2色やおそろいなど組になっているものが多い。値段は1着数十円～。全て200円という人も。

第2節 tatai fam について

第1項 設立経緯

中澤さんが同じ時期にふたごを出産した知り合い2人（徐々に増え最終的には9人）と個人的に、月に一度ママ会をしていたのがサークルの前身。子育てについて相談し合ったり、子どもたちの成長を互いに喜んだりしていた個人的なママ会の中で、横のつながりの大切さを感じていた。しかし看護師である自分でさえ多胎育児についての情報がなかなか得られない状況があり、自分たちのようにふたごの母親同士で集まることができていない母親もいるであろうことが気になった。その矢先、愛知県の三つ子の次男虐待死事件をニュースで知り、多胎児をもつ母親を取り巻く状況が深刻であることを改めて感じ、多胎児の母親が集まれるサークルを立ち上げようと考えた。多胎育児についての情報が手に入りにくい中で大変な育児を経験したからこそ、これから多胎児の母親になる人が情報を手に入れるのに苦労しなくていいように、気持ちの安らぐ場を持てるようにとの思いで2019年9月1日サークルを設立した。多胎育児について共感できる、経験を分かち合える場であるためにも tatai fam が多胎育児経験者の集まる場であることを大切に

ている。

第2項 会員

参加資格は富山県内に住んでいるもしくは富山県に縁のある多胎家族なら、母親に限らず父親、祖父母、きょうだいにもある。会員は富山市内だけでなく富山県内に住んでおり、小矢部市や立山町からの参加者もいる。みつご以上の多胎家庭の参加はまだない（2022年1月27日時点）。会員登録は初めて参加するママ会で行うため、会員は多胎児の母親のみで35人程度であり、会員の子どもは2歳の学年の多胎児が多い（2020年10月26日時点）。会員登録を行う目的はメディアなどからも注目を浴び、参加人数、参加者の情報等をたずねられることからその把握のため。登録時に集める情報は母親の名前、母親の年齢、子どもの名前、子どもの生年月日、住所、連絡先である。会員はInstagram、ウェブサイトから tatai fam を知り、自らアクセスしてくる場合もあるが、中澤さんの知り合いの助産師からサークルを紹介される場合や、中澤さんがふたごを連れた母親を見かけて名刺を渡し直接勧誘する場合もある。

第3項 活動

富山県内で生活する、また富山に関わりのある多胎児の家族同士でサポートしあうことを目的として活動している。主な活動として多胎児の母親同士で話す場としてママ会、ランチママ会などのイベントを開催している。他に tatai fam の集い（フリーマーケット、イベント）の開催、中澤さんによる予防接種等の付き添い、ZOOM での子育て講習会等もしている。参加者からは離乳食やベビーマッサージなどについてのワークショップを開いてほしいとの要望もあるが、ワークショップは子どもの年齢（月齢）によっても必要とされる内容が異なり、現段階の参加人数では難しいという。

ママ会は多胎児の母親で集まって、特にトークテーマを設けずお菓子などを食べながら自由に話せるようにしている。回によっては多胎育児経験者（育児がひと段落している多胎児の母親）から話を聞いたり、勉強会を開いたりすることもある。開催は月2回で、第1月曜日と第4木曜日に定着しつつあり、主な活動場所は鶴坂公民館である。1回のママ会の参加費は500円。子どもの安全に気を配らなければならないため参加者は1回あたり5組程度までで、子どもを連れてくる参加者が少なければ参加可能組数を増やすなどの対応をとっている。参加資格は多胎児の家族であることで、多胎児の父親や祖母も母親とともに多胎児を連れて参加する場合もあるが、ほとんど母親と多胎児か、母親のみの参加である。ママ会の告知はメール、公式LINE、Instagram、ウェブサイトで行う。

ランチママ会は多胎児の母親で集まって食事をする会であり、会員に声をかけて需要があれば開催するため頻度は決まっていない。子どもを連れて参加することもでき、2020年12月7日のランチママ会は参加した13人の母親のうち4人がふたごを連れてきていた。

また基本の運営（イベント企画、広報、運営資金管理、行政とのやりとり等）は代表の中澤さんが中心になり、数人の会員の協力のもと行われている。

第4項 行政・他団体とのかかわり

2020年12月9日インタビュー時点では、tatai fam は行政に認められ支援されている団体ではなかった。代表の中澤さんは tatai fam で富山県が多胎育児支援活動を引き受け、活動資金を行政に補助してもらいたいと考えている。また、母子手帳を取りに来た多胎妊婦に tatai fam を紹介してもらうことや、県のホームページで tatai fam を紹介してもらうことなども視野に入れている。母子手帳については取りに来た多胎妊婦に tatai fam を紹介してほしいと頼んで一度断られている。

また行政への働きかけとして、富山県知事とのおしゃべり会（注3）に参加した中澤さんがそこで会った県議や市議に連絡を取り、多胎育児の困難について話を聞いてもらったり、tatai fam の集いに招待し、サークルの会員の声を聞いてもらったりしていた。県のホームページで tatai fam を紹介してもらうことについても県議に企画書を渡している。

2021年7月22日（木）の tatai fam の集いで、初めて富山県から補助金が出たということ、それは場所代や保育士への謝礼に当てられていることが報告されていた。

他団体との関係としては、一般社団法人日本多胎支援協会のホームページに富山県が多胎支援団体として tatai fam が紹介されている。中澤さんが同協会と連絡取っており、ZOOM の講習会などに参加している（2020年12月9日インタビュー時点）。

第5項 今後について

中澤さん自身にとっては子どもが保育園に入った時点でサークルは必ずしも必要なものではなくなっている。しかし、これから多胎児の母親になる人たちが辛い思いをしないために支援環境を整えたいという気持ちで活動している。

また富山県全域の多胎家庭を支援したいと考えているが、現在の活動では資金的にも支援が届く範囲に限界がある。そのため信用のある団体として行政に認められて補助金を受給し、もっともっと深く入り込んだ活動をしようとしている。サークルの枠を越え企業や一般社団法人などの団体などとして、現在サークルに参加している母親たちだけではなく、支援に繋がっていない人たちをサポートできる仕組みを作りたいと考えている。

また活動資金があれば支援センターのように拠点になる場所を作りたいと考えている。そこに行けば多胎育児経験者に会えたり、相談ができたり、パパママ教室が開けたりするような拠点で、ふたごベビーカーなども借りられるようにしたいという。

2021年6月24日に中澤さんとお話したところ、来年には拠点をもちたいと考えているという。多胎育児支援はボランティア活動であるためお金はとれないが、障害がある子どもの放課後預かりを収入の軸にして2つの活動を兼業するということを考えており、午前中は多胎育児支援、午後学校が終わる時間から障害児預かりというふうにするつも

りであるとのこと。障害児預かりに関しては中澤さんが資格習得勉強中である。現時点ですでに中澤さんの前の職場の保育士の男性 1 人とふたごの母親 1 人が、スタッフとして活動したいと名乗り出ている。

第4章 分析

第1節 妊娠から出産

多胎児の50.8%が早産、71.6%が低出生体重児であり（大木 2020）、公益社団法人日本産科婦人科学会は2008年4月に『生殖補助医療における多胎妊娠防止に関する見解』として、妊娠・分娩における母児リスクが高くなる多胎を防止する目的で移植胚数1個を原則とする見解を示している。また大木（2020）では単胎児と比べると脳性麻痺や発達障害をもって生まれる例も多いことが指摘されている。

ふたごの妊娠がわかったときの気持ちについてたずねると、まずは驚き、そして喜びより子育てや多胎妊娠のリスクについての不安がまさった人のほうが多く、経済面の不安がよぎったと語る人も多数いた。またふたごの上にきょうだいがいる家庭では、管理入院の間の子の世話が心配だったという。

正直不安しかなかったです。うーん。ひとり育てるのでも大変なのに、これからふたり同時に育てるっていう不安がまず拭えなかったっていうのは、生まれる直前まで、ありましたね。生んでから多少なりというかだいたい悩んでる部分もあるし。不安はやっぱりずっとついてまわってるかなー。まずどうしようっていう（笑）。え、自分がふたごを？っていうような、うん。まあでも、せつかく授かった命やし、やっぱり生みたい気持ちは変わらないけど、どこまで自分が頑張れるかっていうのはあったし。（中略）なんかけっこう不安はつきものかなあ。（2021年11月17日（水）中西さんインタビュー）

また実際にリスクのある妊娠出産を経験している母親もいた。

TTTS（双胎間輸血症候群）（注4）であることがわかり、妊娠中に大阪まで行って手術をした。ふたごのうち1人は命が助からないかもしれないとまで言われていた。多胎のリスクは想像以上だった。（2021年10月28日（木）ママ会）

びっくり。ただただびっくり。でも2人も育てられるかなって不安もありましたけど、最初はなんかこう、大変さとかわからないんで（笑）ああかわいいだろうなってことしか思ってたんですね。けど先生からもふたご妊娠のリスクとかを説明していたので、まあちょっと不安、結構不安になったりしてましたね。（中略）胎盤がその2人に対して2個あればいいんですけど、あの一つの胎盤を分け合ってるタイプとか、あとは羊膜って言ってあの一赤ちゃんて膜に包まれてるんですけど、その膜が1つしかないとか。いろんなこうタイプ、グループ分けがあって、（中略）それで私はこう胎盤が1つ、のタイプだったんですけど、1つをこう分け合ってるみたいなの。それだとちょっとリスクが高いから…あの一早めに入院したりだとかそういうのが、あったんです

けどまあたぶんそういう方も結構いらっしゃると思うんですけど。そういう感じで説明を受けたりとか、それでやっぱりみんな不安になると思うんですけど。(2021 年 8 月 13 日 (金) 金川さんインタビュー)

一方で、なかなか子どもを授かれなかった、待望の子どもだったという人も複数おり、ふたごの妊娠がわかったときの気持ちとして、リスクや子育ての大変さへの不安より喜びを語っていた。

なかなか私…妊娠しなくって、けっこう不育症持ちで何回も何回も流産を繰り返してたので、(中略) …そうですね、なんかまあでも正直でもうれしいなーと思いました。なんかあんまりリスクのことよりも、なんか、やっと赤ちゃん来てくれたなーっていうのと同時に、ああふたりも来てくれたんやみたい感じで、なんか正直あっうれしいなーっていうのは、ありましたね最初は。(2021 年 11 月 14 日 (日) 生駒さんインタビュー)

第2節 母乳で育てたい

授乳についてお話を聞く中で、ふたごの授乳は母乳だけでは難しく、今回の調査協力者では、ミルクと母乳の混合にするか、途中からミルクに切り替えたという人が大多数であることがわかった。その中でも母乳で育てたかったと語る人も複数いた。

上の子は全部完全に母乳だけで育ててたんですけど、やっぱりふたごに関しては、(中略) ちょっと低体重児で生まれて吸引力がなくて、うまく最初、1ヶ月ぐらいですかね、ちゃんと咥えられなくて、それでそうするとふたり同時が難しいので、1人がミルク、1人が母乳みたいな感じでやってたんですけど。まあ結局やっぱり、それだと全部母乳でやろうとすると1人がもうずっと泣きっぱなしになっちゃうんで、待ってるあいだ。それがちょっと、私はずっと泣かれてるのがかわいそうで無理だった。(中略) 1人はミルク、1人は母乳でやってて…やっぱりそういうところが、哺乳の状況によってふたり同時が無理だったりとかしてしまうと、1人でやってる場合はずっとその子どもとか布団とかに置いてずっと泣かせてなきゃいけないので、(中略) ああもう母乳無理だなと思って、母乳だけは無理だなんて思って、それで母乳とミルク混ぜてやってたんですけど、やっぱりそれどころ、母乳って飲んだ分だけ作られていくっていう、感じなんです。吸えば吸うほど作られてくるみたいな(笑)。そうになるとやっぱり2人分もできてこないんで…あの一2人分を全部母乳でするならば私の場合、たぶん搾乳して、出す量増やしていかなきゃいけなかったんですけど、でもそこまでの余裕がなくて、まあ結局上の子は母乳だったけど下の子は、まあ半年くらいでミルクだけになったんですけど。やっぱりそういうところが、1人だけの子と違うかなっていう。完全に母乳だけで育てるのは、(中略) かなり大変。1人

だけでも母乳って結構大変なんですけど、ふたごの場合はさらに。さらにさらに大変だと思います。(2021年8月13日(金) 金川さんインタビュー)

やっぱり最初の頃って授乳っていうか一応母乳出てたし、母乳でもやっていかなきゃいけないなっていうのもあって混合でしていこうって思ってた部分もあったけど、やっぱり体力的に自分がそれがきつくなってきちゃって。母乳もあげつつミルクもあげつつってやったら体休める時間がないっていうのに気づいて、もう完全ミルクに切り替えようっていうのが、あったけどミルクはミルクでまたね、ふたりの分しなきゃいけないし、ミルク買うだけで馬鹿にならないし。(2021年11月17日(水) 中西さんインタビュー)

たぶんひとりだったら、(中略) 例えばミルクで育てなくても、もしかしたら母乳でいけてたかもしれないなっていうのも、やっぱりあったり。母乳が自分が出なくなったときに、なかなか落ち込んだ部分も、正直あって。ああ母乳で育ててあげられなかったっていうやっぱり上の子は母乳1本でいったから、いけるって思ってたけど、その、自分の不甲斐なさに、こう、ね、だんだんだんだんこう気持ちが、うん、減入ってた部分もあったし。(2021年11月17日(水) 中西さんインタビュー)

お姉ちゃんは完全母乳で育てたが、ひとりだったらまた母乳で育てられたのに。(中略) 母乳なら求められたタイミングでもすぐ与えられるが、ミルクは作らなければならないし、作るタイミングを計算しなければならない。(2021年11月25日(木) ママ会)

ふたごは低体重で生まれることも多く吸引力(哺乳力)が弱いという問題や、ふたごのどちらにも母乳を与えるとすると、片方の子を泣かせっぱなしになるのがかわいそうで耐えられないという感情、母乳も与えミルクも作るという手段や搾乳するという手段を取るとすると身体が休まらないという問題が語られた。

第3節 外出の困難

外出は特に多く困難が語られた項目だった。特に親1人でふたごを、または上のきょうだいを含めた子ども全員を連れて外出することは大きな困難であると語られた。

外出は1人ではきつい。準備はふたごの授乳などのタイミングを考慮しなければならないし、3ヶ月の入院で体力が落ちていた上に出産の直後の時期はアパートの2階に住んでいたため、荷物、ふたご1人目、ふたご2人目の順に階段で運ぶため、車に乗っただけで疲れる。出かける気にならない。(2021年3月25日(木) ママ会)

歩けるようになってくると散歩に行きたいが、それぞれが全く別の方向に行くためらワ

ンオペでは危険。買い物に行っても二人してギャン泣きすると買い物もできなくなる。雨天はほぼ外出できない。(2021年11月22日(月)～アンケート)

外出先でワートて2人泣かれたときは、一生懸命それ(ミルク)作ってわー泣いてる泣いてる。その経験は2、3回あってそのときは苦しかったですけど。(中略)やっぱり行く場所が限定、私1人で(上の子とふたごの)3名を連れて行くってなると、やっぱりちょっと限定はされるかな。(2021年7月29日(木)丸山さんインタビュー)

沢山お出かけしたかった(中略)・公園に沢山行きたかった・温泉や旅行に行きたかったなど。テレビやネット、SNS、友人知人の話など聞くと沢山思います。「できる訳ないじゃん」という僻みかもしれません。双子が歩き始めた時公園に行きたくて、でも大人が1人だと目を離してしまうのが怖く結局行けませんでした。子供用ハーネスを使おうかと思った時期がありましたが、賛否があるため結局買いませんでした。(2021年11月22日(月)～アンケート)

これらの語りやアンケートからは、同時泣きへの対応、子どもの安全への配慮、荷物の多さなどに困難があることがうかがえた。

外出準備の困難や外出先での困難な状況を避けるために、夫の休みの日に外に出なければならぬ用事を全てすませるという対応の他、ネットで買い物をすませる、ひきこもる等外出自体を諦めていた人もいた(2020年11月9日(月)ママ会)。

また、ふたごの上にきょうだいがいる家庭では子が長男や長女のみ頃は親1人での外出もできていたが、ふたごが生まれてからは1人で子を連れての外出が困難になったという人も複数いた。

けっこう家にいることは、だいぶ増えたかなっていう。1人目のときとかだと抱っこひも付けたり、バギーちょっと押して散歩行こうかっていうのはすんなりできてたのが、やっぱりふたごってなると、なかなかそこまでの行動に移すまでに自分が時間がかかるというか。自分のほんとに気分が乗ってるときじゃないと行けないし。たぶん外で声かけられるのも、ちょっと億劫なのかもしれない(笑)。絶対こう、ふたごちゃん?とかって聞かれたり一卵性二卵性?とか聞かれるのもだんだんめんどくさくなるし(笑)。(2021年11月17日(水)中西さんインタビュー)

全てにおいて1人のときと比べて大変。中でも一番は外出。バラバラに走り出す。おとな1人では制御不能。(2021年11月22日(月)～アンケート)

外出を支えるための道具であるふたご用ベビーカーを実際に使用する難しさについても

語られていた。

授乳やお風呂も大変ですが、工夫すれば対処できました。ただ、外出だけは本当に辛かったです。親が1人の際に双子を連れて外出するのがとても大変です。ベビーカーが大型で入らない・通れない、双子が泣いても対処しきれない、駐車時も双子のベビーカーを広げられるスペースを探さないといけない（結果的に入口から遠くなる）。出かける度に心が折れてしまうので、児童館や子育てセンターも利用しませんでした。（2021年11月22日（月）～アンケート）

双子用の横型ベビーカーでのおでかけでは狭いところはいれないので、行ける場所が限られる。多目的トイレにも入れないことがあるので、一人で双子を連れて出かけた時に自分がトイレできないことがあった。（2021年11月22日（月）～アンケート）

これらの記述から横並びのふたごベビーカーは幅が広いと、車が狭い幅で停まっている駐車場でベビーカーの準備をすることや、外出先の施設の通路や出入り口の幅が狭いことに苦しめられたこともわかる。

第4節 理解されていないという感覚

ママ会やインタビューからは多胎育児の実情を知らない人々から聞かれたくないことを聞かれたり、傷つくことを言われたりしてストレスが溜まるという経験をしている人が多くいることがわかった。

自然妊娠か不妊治療かを聞かれて、そんなことを聞いてどうするのかと感じたり、ふたごの授乳は2人分も母乳がでない場合がほとんどであり、だいたいの母親がミルクも飲ませている中で、母乳で育てているかミルクか聞かれたり、1分しか変わらないのだからと、どちらが上か意識させないように育てているのに、ふたごのどちらが上かたずねられたりする。（2020年11月9日（月）ママ会）

何気ないひとこととかだと思うんだけど、けっこうその母乳とかっていうのもそうだし、なんか、こう、大きさを比べられる。ふたご、あれこっちのほう小さく生まれたのにおっきいねーとか。うーん。こっちのほうなんか細くない？とか、言われることはあるし。1番よく聞かれるのはあれ母乳じゃないの？とかってよく聞かれる。うーん、ただ向こうはたぶん何気ない会話の流れの一種で言うんだとは思いますが、それで悩んだ自分にとっては、え、なに、母乳じゃないとダメなの、とかってなる部分があるし、あとふたごイコール自然妊娠じゃないっていう考えの人たちはやっぱり消えないかな、うーん。だからなんかもう普通に、不妊治療だったんだ頑張ったねーとか言わ

れるし、えって思うことも、やっぱり嫌な思いすることも、外出るとそういうことがやっぱりあったりするから、余計出たくなかったっていう。うーん、自分が傷つきたくないからとか、そんな人たちを、こう、バカにされてるわけじゃないんだけど、なんでそういう言い方されなきゃいけないんだろうって思うことは、やっぱりたくさんあるし。子育てしてるのみんな一緒じゃんって思うんだけどー、やっぱりママ友の中でも、ふたごなのにそんなに違うんだねーとか、あーあたしだったらふたご無理だわーとか、言われると答えられない自分。うーん。え、それはどういう意味で言ったんだろうっていう部分もあるし、だから意外とグサツとくる言葉言われるので、育ててるほうからすれば言わんでもいいのになって思うし、うーん。けっこう多いかなそういうなんか悩みというか、会話の流れの中でそういうのが潜んでるというか（笑）。(2021 年 11 月 17 日（水）中西さんインタビュー)

スーパーや公園などで、飛び出し・迷子防止のためにふたごにハーネスをつけていると「ペットみたい」、「かわいそう」と言われた。子どもたちの安全のためなのに心ないことを言われた。子どもがもし道路に飛び出そうとしたとき、そのように声をかけてきた人たちは走って行って子どもを抱きかかえてくれるわけでもないのに。子どもを守るのが親の義務だから使っているのに理解してもらえない。ハーネスは使ったほうが安心な命綱。(2021 年 3 月 25 日（木）ママ会)

ふたごが珍しいためか断りもなく子どもを触られることがある。スーパーで店員から触られたことがある。ふたごベビーカーで外を歩いていると車からジロジロ見られる。「見世物じゃないんだぞ」という気持ち。(2021 年 6 月 24 日（木）ママ会)

散歩中に話しかけてくる一般の人に年子の育児と比べられ、年子のほうが大変だと言われることがある。ふたごだったら一度に終わるじゃないかと言われるが、2人は似ていても個性は違うからそんな簡単なことじゃない。(2021 年 6 月 24 日（木）ママ会)

多胎児を育てている母親と話したいという理由で tatai fam に参加している人はインタビューで、児童館での経験について以下のように語った。

やっぱりこう 1 歩置かれてしまうというか、あーふたごちゃん大変ですね、みたいな。ちょっと遠めから見られるってその子（ふたごを育てる友人）も言っていて。まあたしかに、ふたごちゃん大変ですねってそこで終わっちゃう感じはします、ほんとに。あーふたごなんだってそこでやっぱり、線を、壁を作られてしまうっていうか。なんかやっぱりやってることのレベル違うんだろうなって思ってしまったってないかな、みたいな（笑）。(2021 年 8 月 13 日（金）金川さんインタビュー)

金川さんはふたごを1人で運ぶとなると、1人の子どもを抱くより雑な扱いになるため児童館では周りの母親から引かれているのではないかと語り、友人と育児の話をする際については「話す前から分かんないだろうなって思って（笑）。まあ言わなかったりとかしちゃいますね（2021年8月13日（金）金川さんインタビュー）」と話していた。

また、ふたごのうち先に生まれた子を兄・姉、数分後に生まれた子を弟・妹として扱わないようにしていることがママ会（2020年11月9日（月））で話題になり、他人からふたごのどちらが兄・姉かと聞かれることを嫌っている母親も多いことがわかった。

上の子には「お姉ちゃんなんだから」と言うことがあっても、ふたごは喧嘩をしているときも（中略）どちらにも悪いところがあったというふうにおさめることにしている。生まれたのは数分しか変わらないのだから。（2021年3月25日（木）ママ会）

結局親からしたら同じタイミングで生まれてきてるんで、どっちも平等に見たいんですよね。この子お姉ちゃんとかそんな1分の違いでさ、そんなあるわけないって思ってるんですけど。周りではでも言うんですよ。どっちがお姉ちゃん、どっちが妹って。だからなるべく私拭かせてあげたい気持ちもあって、うちではそうやって分けないようにはしてるんですけど。（2021年12月1日（水）河口さんインタビュー）

外でふたごがきょうだい差を意識させられるような扱いを受けることがあっても、母親としてはふたごにきょうだい差を意識させないように注意している人もいることがうかがえた。

どうしてきょうだい差をつけないようにするのかをたずねると、繰り返し「数分の違いなのに」と話し、同じ学年として同時に同じステップを踏んで成長していくのに「ずっとお兄ちゃんだから我慢、（喧嘩で）お兄ちゃんが悪いっていうのは、あまりにも残酷すぎる。」と話す母親もいた（2021年7月22日（木）tatai famの集い）。一方で、他人からどちらが兄・姉かを聞かれても気にならないという人や、一般的なきょうだいと変わらず上の子も含めどの子も平等で兄・姉の役割を押し付けたくないという人もいた。

また長男を単胎で育てている2人のインタビューーは、「大変ですね」「倍で大変でしょう」と声をかけられることについての違和感について語っていた。

なんか単純に2倍で大変って感じじゃないんですよねやってる側としては。（中略）大変ですねしか言われぬのがちょっとやっぱり（笑）。児童館とかに行っても大変でしょうみたいな感じで言われること多いですけど…まあそりゃ大変でしょっていう（笑）。もう聞かなくていいでしょ、みたいな（笑）感じで最近たまに思いますけど（笑）。（2021年8月13日（金）金川さんインタビュー）

ふたごだから全部倍だよねっていう感じで終わらせられるというか(笑)。その *tatai fam* の和室のとき(ママ会) も言ってたけど倍じゃないって怒ってたじゃないですか、倍じゃないって(笑)。(2021年7月29日(木) 丸山さんインタビュー)

2人はふたごだけが大変なのではなく単胎育児も大変なのだと語った。「ふたごかわいいね」「大変でしょう、頑張られ」など、声をかけられることには2人とも励みになるしうれいとしながらも、育児の大変さを話しかけてくる人が量的にしか理解しようとしていないことに違和感があることがうかがえた。

これらの語りからは、珍しいために一般の人に理解されず、また珍しいがために注目を浴びやすくストレスを感じることがあるという、多胎育児特有の困難が存在していることがうかがえた。

第5節 専門職の育児指導に対する違和感

前項とも関連して医師、看護師、保健師など医療や育児の情報を提供する専門職からの指導に対して、多胎育児を理解してもらえないという経験がなかったかについてもたずねた。多くの人が特になかったと答えた。医師や看護師には励まされたという人もいた。しかし、不安になるような指導をされた人もいた。

ふたごに食べる量や体の大きさ、賢さなど発達の違いが見られたことについて、小児科医には「ふたごは発達がふたご同士でも違うし単胎児とも違うから、なにも気にしなくていいよ」と言われているのに、健診のときに保健師から「2人の発達が違う。こっちの子大丈夫?おかしいんじゃない?病院に連れて行ったほうがいい」などと言われた。(2021年3月25日(木) ママ会)

(医師や看護師が) 妊娠期にめちゃくちゃ脅かすんですよね、ふたごに安定期はないからねって。みんな脅かしてくるんですよね。誰もなんかハッピーなこと言ってくれなくて。それがすごい精神的に苦痛で、ずっと。悩ませるんですよね、みんな。(中略) ふたごだから特別に指導してくれることなにもなくて。(2021年12月1日(水) 河口さんインタビュー)

これらの語りから、専門職の理解にも、ばらつきがあることがうかがえる。

第6節 *tatai fam* に参加しての心境の変化

ママ会に参加するのは息抜きをするため、多胎児ならではの話をするため、多胎児をもつママ友が身近におらず多胎児をもつママ友がほしかったためなどの理由が聞かれた。

また、単胎の上の子 1 人のときは子育てサークルやママ友を探そうとしたことはなかったが、ふたごが生まれてから仲間を探したという人もいた。

多胎児をもつママ友がほしかったという理由でママ会に参加していた人は、「自分の親に（育児について）相談しても、自分の親はふたごを育てたわけではないから感覚の違いを感じていた（2020 年 11 月 9 日（月）ママ会）」と語っていた。ふたごのママ友ができた人もおり、お互いに起きていることがわかっているため夜中でも気軽に連絡できるという話や、ママ会では月齢が近ければ同じ話が、自分の子どもより月齢が高い子どものお母さんからはこれからの話ができる（2020 年 11 月 9 日（月）ママ会）という話もあった。

いや、やっぱりふたごを、育ててる方ってほんとに周りにやっぱりいないっていうのもあって、やっぱり相談するにもふたごだからわからないっていう部分も絶対にあるし、やっぱり心の支えはほんとにおつきかったかなっていうのは（ある）。うーん *tatai fam* がなかったら自分自身も気持ち的にずーっと落ち込んだまんまだろうなーっていうのもあるし。（2021 年 11 月 17 日（水）中西さんインタビュー）

この語りから、多胎育児者のほうからも、単胎育児者とは理解・共感し合えないと壁を作ってしまう場合があることがうかがえる。

また、外出が不安でも *tatai fam* なら安心して参加できるという声もあった。

（多胎ではない）他のサークルのイベントとは気の使い方が違う。他のサークルでは、子どもが 2 人とも泣き出したら 1 人でどう対応しようという心配や、他の参加者よりバタバタしてしまうことが気になる。*tatai fam* があることで外に出られるきっかけになる。（2021 年 3 月 25 日（木）ママ会）

家に（ふたごと）3 人でいるとイライラやモヤモヤを感じることもあるが *tatai fam* では子どもを 2 人連れていてもみんなで面倒をみあえるし、迷惑がかかるかもという心配が頭をよぎっても、みんな同じだからと思えて、出かける選択肢が増えた。（2021 年 3 月 25 日（木）ママ会）

実際にママ会や *tatai fam* の集いで参加者を観察していると、1 人の子を抱くときは両腕で抱え、子が安定した状態になるのに対し、参加者はひとりで 2 人を抱えている人もおり、子どもがずり落ちそうになっている様子や、それにともなって子どもの服がめくれ上がっていても気にしていられない様子、子どもの頭が下駄箱すれすれまで近づいてぶつかりそうになっているなど慌ただしくしている様子が見られた。また、ふたごが同時泣きを始めたときに子連れてきていない母親がふたごの片方を抱くなどみんなで面倒を

見る様子が見られた。

これらのことからママ会の参加者は、多胎育児の当事者が集まり、遠慮なく育児の話ができて話に共感してもらえる、自分の振る舞いを必要以上に気にしなくてもいい場を求めママ会に参加していることがわかる。

心境の変化としては以下のようなことが語られていた。

ちょっとリフレッシュにはなったかなーと思います。なかなか家にいると決まった人
としかしゃべれなかったり、なんかこもってしまうんですけど、久しぶりに外出して、
まあちょっと同じような方と、うん、しゃべれて、気分的にはリフレッシュになって、
あ、なんかみんなも大変なんやなーと、うちだけじゃないんやなーと思ったら、あ、な
んかちょっと、また明日からも頑張ろうかなーっていう気持ちには、前向きにはなりま
したね。(2021年11月14日(日) 生駒さんインタビュー)

皆さんのお話聞いていて、まあまあだいたい私と同じことで悩んだり同じ状況になっ
てるの聞いて…そうですね、すごい、あの一、勇気をもらえたっていうか、そういう感
じもありましたよね。私だけじゃないんだなあって思えると心強い気持ちに、なると思
います。(2021年8月13日(金) 金川さんインタビュー)

(育児についての情報を収集しようとして) SNS を見るけどキラキラしているから(プ
レッシャーになる)。ここでは等身大(の育児)が見られる。(2021年7月22日(木)
tatai fam の集い)

ふたごだからってことじゃなくて、育児はもともと孤独、孤立したり孤独になりがちだ
と思うんですけど、ふたごはさらに、やっぱり共感してくれる人っていうのが少ないと
思うので、やっぱり育児サークルを通して仲間を見つけていくっていう。まあ育児で大
変なのって2、3年ぐらいだと思うんですけど、その期間を励まし合いながら乗り越え
る、そういう仲間がいるんだっていう。毎行かなくても、やっぱり私はインスタとか、
そういうので感じてるので。あ、私だけじゃないんだな、こんなにふたごのママってい
るんだなって。みんな頑張ってるんだなっていうのをちょっと感じながら日々育児を
(笑)してます。(2021年8月13日(金) 金川さんインタビュー)

周りからは2人+1人、3名見て大変やねーとか色々言われるけど、4名の家族を見
てしかもひとりで連れて来たのを見て、あーうちはラクなほうや(笑)って思って、ま
だまだやれるなって思いました。やらんといけんな、かなって思いましたね、あれは。
(2021年7月29日(木) 丸山さんインタビュー)

外出の機会になりリフレッシュになったという人、同じ状況で頑張っている人がいるということに勇気づけられている人、SNS では見られない等身大の育児に安心する人、もっと大変な人もいるのだから自分ももっと頑張れると思えた人などがいた。

また tatai fam は、たくさんの大人でお互いの子どもたちを見守るということが特徴であると代表の中澤さんから、参加者からも語られている。tatai fam の集い（2021 年 7 月 22 日（木））では、実際に母親が子どもから目を離している時間ができている様子が見られた。受付で母親が書類に記入しているときにふたごのうちの 1 人が駐車場に向かって走り出すのを母親以外が止めに行く場面もあった。このことから、2 人以上の子どものエネルギーを、母親 1 人で、全力で受け止めなくてもいい、全ての世話を自分 1 人でしなくてもいいという時間ができることによってリフレッシュになっており、お互いに子の面倒を見合うことからくる安心感がありそうだと感じた。

第 7 節 tatai fam で得るアイデア

tatai fam のママ会や tatai fam の集いのフリートークタイム等で育児の方法について新しいアイデアや考え方を得ている人もいる。ネットの情報や育児の本を見て、例えばお風呂に入れることなどを無理してでも絶対にしなくてはと思うけれど、この会に来て話しているとこれは手を抜こう・手を抜いてもいいのだと思えるようになったとのこと。みんなでそんなこともあるよねと言い合える（2020 年 11 月 9 日（月）ママ会）という話もあった。悩んでいた離乳食の与え方やお風呂の入れ方を実際に変えたという参加者もいた。

離乳食始める前で、始まってたのかな。それでどういうふうに離乳食あげてるか、同時に 2 人あげるの結構大変なんで、なんか私順番、起きたほうから順番にあげたりとか、まあずらしてやってたんですけど、やっぱ皆さん同時にやってるみたいな感じで、おっしゃってて。そこを私もちょっと同時にそれで、頑張って同時にやるようになったのはあるかもしれないです。（中略）取っ手が付いたスープマグみたいな形の、器に離乳食入れて、普通に左手に 2 つ持って、器を左に 2 つ持って（笑）まスプーンをこう 2 つ差しといて、交互にこう（ふたごの口元にスプーンですくって持って行くという形で）やっていく感じです（笑）。（2021 年 8 月 13 日（金）金川さんインタビュー）

なんかふたご育児グッズじゃないんだけど、結局ちょっとでもラクしなきゃ（笑）っていうのでこう育児グッズだったりとかも、こういうの使ってるよっていう話聞いたりだとか、お風呂の入れ方を変えてみたりだとか。そういったのはやっぱり先輩たちの意見とかで、けっこう変えれた部分はあったのかな。（中略）…でも 1 番はお風呂の入れ方かなあ。（中略）最初はふたり同時に入れたりしたほうがラクなのかなとか思ったりもしてる時期もあって、ただ寝てる間とかだったら、お風呂場の前に横にならせて、とりあえずひとり洗ってすぐ出して拭いて、で、タオルにくるんだまんま次の子入れてみ

たいな感じだったけど、今だいぶこう動くようになってくると、お風呂場のとこに置いてても中に入ってこようとするようになるから、さあどうするってなったときに、もう完全にひとりずつ。どっちかが起きてるときだったりとか、機嫌のいいときはここ（リビングルーム）で遊ばせて、ひとり入れて、全部着せた状態でこっち連れてきて、もうひとり。こうやってテレビつけながらとかでもうひとり連れて行くっていうようなやり方にちょっと切り替えた部分もあるかな。（2021年11月17日（水）中西さんインタビュー）

また、実際に問題が解決していなくても、ママ会やオープンチャットで相談に乗ってもらえたり、今後使える可能性のあるアイデアを得られたりするだけでありがたいという人も複数いた。

ママ会ではなく中澤さんの訪問面談で、早産低体重で生まれ哺乳力が弱くミルクがすすまないことを相談した。保健師に相談したのも合わせ、哺乳瓶の先を変えてみたり、同時にミルクを与えるのをやめて飲みたがるタイミングを見計らったりするなどしている。今もミルクがすすまないという問題は解決していないがアドバイスがもらえるのはありがたい。（2021年10月28日（木）ママ会）

ちょっと月齢の高いふたごちゃんのお母さんとかも参加しておられて、うんなんかミルクの、ミルクをなんか同時に飲ませたほうがいいのかとか、どのタイミングで飲ませたらいいのかとか。（中略）…育児に関してこうしたほうがいいよってアドバイスとか聞けたので、なんかそれはすごく、嬉しかったですね。（2021年11月14日（日）生駒さんインタビュー）

tatai fam のグループLINE みたいなやつ（LINE 公式オープンチャット）の中にけっこう、みんな相談事とかだったり書き込んだりすると、こう、目に入ったものとかを見て、あ、こういうやり方もあるんだ、とかっていうのをちょっと引っ張ってきて、自分でやってみたりとか、そういったのもあるかもしれない。けっこうみなさん相談事書いてるので、けっこうリアルなこと書いてたりするし（笑）（2021年11月17日（水）中西さんインタビュー）

ネットで寝かしつけについて調べると、部屋を暗くしてということしか書いていない。10月の会で実際に部屋を暗くして泣かせておいて寝かしつけるという方法をとっている先輩ママの話聞いてそういうことは本当にできるのだと気が楽になった。寝かしつけを、部屋を暗くする方法で試してみた。実際はうまくいかなかった。うまくいかなかったけれど話を聞いておけてよかった。（2021年11月25日（木）ママ会）

ご飯を作っているときにふたごが喧嘩をし始めるのでどうしようかと思っていたが、今日の話（フリートークタイム）を聞いて、料理をする時間とふたごの相手をする時間をきっちり分けてしまう（ある程度無視する）ということを実践してみるつもり。（2021年11月3日（水）tatai famの集い）

これらのことから「多胎ではないサークルで相談するくらいだったら tatai fam のメンバーとかに、そのチャットの中とかで相談して、意見もらったほうが確実なやっぱり意見もらえる部分もみんなおんなじ感じで乗り越えてきてる人たちなので、すごく頼りになる部分はあるかな（2021年11月17日（水）中西さんインタビュー）」というように、必ずしも自分自身の育児が変わるわけではないが、ふたごを育てているという同じ条件を想定したアドバイスが受けられる場を貴重だと考えていることがうかがえた。

第5章 考察

第1節 本稿で明らかにしたこと

本稿では富山県が多胎サークルである tatai fam の活動について調査し、先行研究でも指摘されているように多胎育児には特有の困難があることを確認し、多胎育児の当事者同士で相談し合ったり、医療関係者や保健師といった人々からは得られない多胎育児に関する情報を共有したりすることで、多胎育児者がリフレッシュできる場を築いていることを明らかにした。また主催者が多胎児の母親という立場であるからこそ行き届く、開催場所や雰囲気作り等への配慮によって、参加者に他のサークルや支援活動（注5）にはない安心感を与え、長期にわたって参加できる場となっていることを明らかにした。

特に、外出については多くの不安や困難が語られる中で、参加者はママ会のために外出している。調査協力者の tatai fam についての語りから、多胎育児には特有の困難があることを認め合い、互いの子どもを見合う雰囲気があるために、最も困難なこととして語られることも少なくなかった外出をする貴重な機会を作っていると言える。

第2節 先行研究との比較

第1項 多胎育児の困難

今回の調査では育児の困難をたずねる際に、ふたごの年齢と語られる育児の困難をつきあわせては調査していないが、村上・中新・鈴井（2012）で抽出された多胎育児の困難は今回の調査で抽出された困難とも大部分が重なった。今回の調査でも、確かに定頸前の困難についても深刻な悩みが語られた。しかし、最も困難だったと語られることも多かった外出の困難は、定頸後も深刻な悩みが語られているため、定頸前のストレスが児への愛着に影響を及ぼすため定頸前の支援だけが最重要とは言い切れない。

第2項 多胎育児の社会的困難

越智・横田（2011）は多胎育児の困難として、「子ども同士の関係」が存在するため平等への配慮が必要であること、多胎育児者自身が単胎育児を規範として育児をしようとしてしまうことをあげている。

今回の調査から、「子ども同士の関係」が存在し、平等への配慮が必要なのはそもそも多胎育児特有の困難ではないのではないかと考えられる語りがあった。たしかに、同時に生まれ、同じ年齢の子どもとして同時に成長する段階に合わせて、どちらか一方だけを我慢させることなく触れ合ったり甘えさせたりしたい、同じだけ愛情を伝えたい、兄・姉としての役割を与えることはしたくないと考えていることがわかる語りや回答は

あった。しかし、ふたごの他のきょうだいも含めて愛情を平等に注ぎたい、ふたごの他のきょうだいに対しても兄・姉という役割を背負わせ我慢させることはしたくない、という語りや回答もある。このことから、「子ども同士の関係」が存在するため平等への配慮が必要であるというのは、単胎のきょうだいも含め子どもが複数いる家庭にある困難と言えるのではないだろうか。

今回の調査協力者たちからは、母乳で育てたほうが子どものために良いと考えていることや、本当は泣いたら、抱っこを求められたらすぐ対応したい、外出して遊ばせたいという育児の理想は語られた。しかし、無理をしてでも子どものためにそれらをしようと考えているわけではなく、あくまで理想で、育児の効率や自身の体力、子の安全のために、ある程度それらを諦めていることから、育児規範にとらわれているとまでは言えない。また、育児のやり方としてまず試しているのは、上の子を育てた単胎育児での方法であったり、一般的な単胎育児のアイテムを使った方法であったりするものの、育児の方法を選択するときには、もちろん子の安全や発達への配慮はした上で、どうすれば母親自身が楽かという視点があることがうかがえたことから、単胎育児の規範が内面化しているとまでは言えず、また多胎サークルに参加したことで内面化した規範を相対化しているように見える参加者もほとんどいなかった。

第3節 最後に

本稿では多胎育児の困難について調査、分析・考察を行ってきたが、調査の中では「ふたごでよかった」と話す人も少なからずいたことに触れておきたい。悩みが絶えないと話しながらも「ふたご生んで後悔はしていない」と断言し、多胎には多胎ならではの楽しみ方もあると話していた人（2021年11月17日（水）中西さんインタビュー）。生もうとして生めるものではないからふたごを授かったことは奇跡だと感じている人や、ふたごがシンクロした動きをしていたり、ふたりで遊んでいたたりしていて、それがかわいい・面白いと話す人（2020年11月9日（月）ママ会）。ふたごだからこそ道を歩いていて知らない人にかわいいと声をかけられたり、大変だろうとねぎらわれ「頑張られ」と応援されたりすることはありがたいことと話し、勇気づけられているという人（2021年8月13日（金）金川さんインタビュー）など、他にも多くの幸せが語られていた。

多くの困難に直面し、理想通りにはいかないことも少なくない多胎育児。行き詰まった育児を解決するための新たなアイデアを手に入れられたり、気を遣いすぎずに安心して息抜きの外出ができたりする tatai fam のような場に繋がることで、多胎育児をする全ての人々が多胎育児も辛いことばかりではなく、ふたごを授かって良かったと、幸せに感じられるようになってほしい。

(注 1) 多胎児の母親の育児支援を目的としたボランティア組織。1967 年 11 月に 23 人の母親が集まり発足。50 年以上会員の自主的なボランティア、会費だけで運営を続けている。全国で会員数は約 700 人。

(注 2) 事業の実施主体は市区町村である。ただし、多胎育児経験者や対象となる多胎妊産婦等が少ないなど、状況によっては他市町村と共同で実施することも認められている(厚生労働省 2020b)。「多胎ピアサポート事業」では、多胎児の育児経験者家族との交流会の開催や、多胎育児経験者による相談支援事業をする。「多胎妊産婦サポーター等事業」では、多胎妊婦や多胎家庭のもとへ育児サポーターを派遣し、外出時の補助、日常の育児に関する介助、多胎妊産婦へ派遣される育児サポーターの研修も実施する(厚生労働省 2020a)。

富山県では令和 3 年 4 月から、多胎児を育てる家庭の精神的負担の軽減を図るため、多胎世帯の交流会を実施する県内の子育て支援サークル・団体に対し、事業に必要な経費を支援するという「多胎ファミリー応援事業」の募集を始めている。対象団体は(1)子育て支援活動等を行う団体・企業(2)ボランティア・NPO 活動を行う団体(3)その他知事が適当と認める団体である。募集期間は令和 3 年 4 月 20 日から令和 3 年 5 月 31 日である。

(注 3) 2020 年 7 月 23 日に「ほんごうの木珈琲 ピエロ」で行われた、当時の富山県知事である石井隆一氏を招き子育てや仕事の困りごとを直接伝えようという会。

(注 4) 双胎間輸血症候群(Twin-twin transfusion syndrome: TTTS)。胎児は胎盤を介して母体から酸素や栄養を受け取っているが、胎盤が 1 つの多胎妊娠であった場合、ふたごは胎盤を共有しており、胎盤においてふたりの胎児の間に血管のつながりがある。双胎間輸血症候群とは、双胎間に慢性の血流の不均衡から引き起こされる病態。血液を送る方を供血児といい、血液をもらう方を受血児という。供血児は循環血液量が減少し、貧血、低血圧、乏尿、羊水過少、胎児発育不全、腎不全を引き起こす。受血児は循環血液量が増加し、多血、高血圧、多尿、羊水過多、心不全、胎児水腫を引き起こす。母体は受血児の羊水過多により流産、前期破水、早産をきたしやすくなる。妊娠中期に治療されないと供血児・受血児どちらも胎児死亡の可能性がきわめて高く、また生存しても脳神経障害を残す可能性が高い重篤な疾患(国立生育医療研究センター(国立研究開発法人)胎児診療科 2022 年)。

(注 5) 今回の調査協力者は、他のサークルや支援活動を知っていながらも tatai fam に参加しているという人も少なくなかった。tatai fam が選ばれる理由は、他のサークルや支援活動より活動の頻度が高く、参加できる年齢に制限が設けられず、主催者が多胎児の母親という立場であるからこそ行き届く、広い駐車場がある開催場所や、みんなで互いの子どもを見するという雰囲気作りへの配慮等があるからなのではないかと考えられる。またこのことから tatai fam が他のサークルや支援機

関で想定されているサークルの参加期間以降も参加できる居場所として機能している可能性と、多胎育児者は単胎育児者より分かち合いの場を必要とする期間が長い可能性も考えられる。

以下、参加者が tatai fam の他に参加した経験があると話した機関である。

「ふたごみつごの集い」…高岡市立の高岡子育て支援センターで行われている育児教室のうちの1つ。高岡子育て支援センターは高岡市外に住む人も利用可。ふれあい遊びや情報交換（母親同士の交流）を行っている。対象は0～5歳児。

「さくらんぼクラブ（ふたご・みつごのつどい）」…富山市の CiC 富山市子育て支援センターで行われている事業のうちの1つ。子育ての悩みや工夫について情報交換を行っている。開催日は4月・1月以外の第1木曜日。

巻末資料

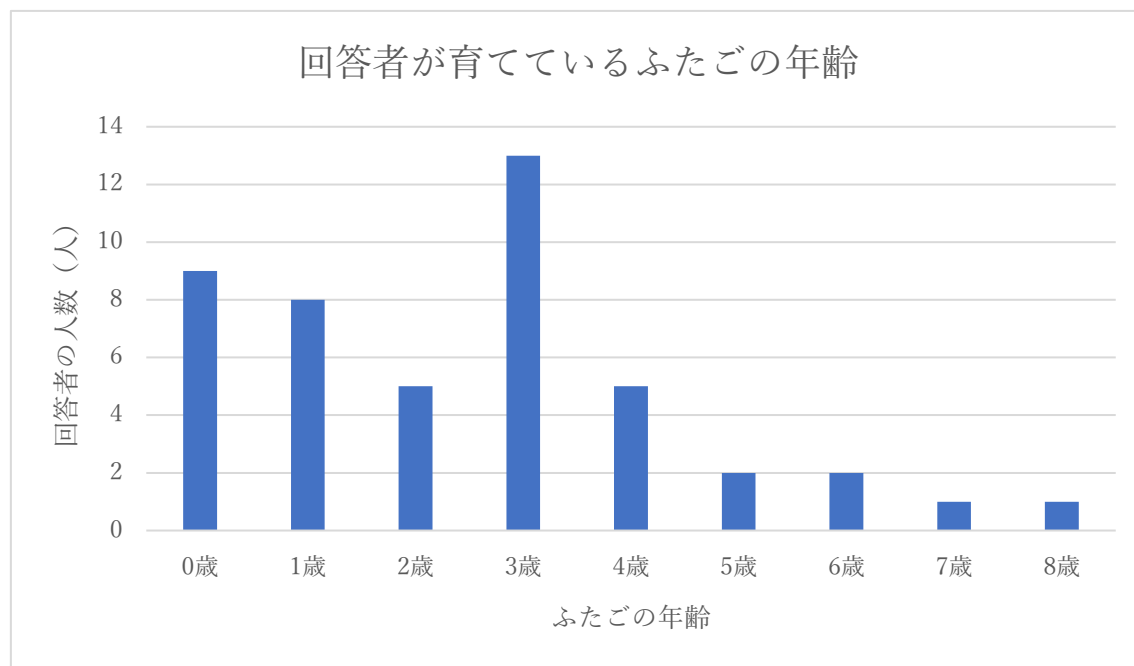
アンケート調査結果

日時：2021 年 11 月 22 日（月）～2021 年 12 月 15 日（木）

方法：tatai fam の公式 LINE から Google のアンケートフォームの URL を送信

回答者数：45 人

1. 回答者が育てているふたごの年齢



※ふたご 2 組を育てている回答者を 1 人含む。

2. ふたご（みつご以上）を育てていて大変だったことを教えてください。特に上の子 1 人を育てた経験がある場合、1 人のときと比べて大変だと感じたことがあれば教えてください。（授乳、外出、風呂など）

- (1) 外出時に抱っこするとき、寝かしつけ
- (2) 2 人（4 人）同時に風邪を引いて受診する時、下の双子が同時にギャン泣きしている時に上の双子が喧嘩で泣いた時
- (3) 双子用ベビーカーの幅を考えて外出する事
- (4) 新生児期は、ほぼ完全母乳でしたので、母親は疲労感、寝不足、栄養を取られるため常の空腹が強かったように思います。お風呂は大人用に 3 人で入るが難しく、

ベビーバスが使える間限界までベビーバスで子どもたちを沐浴させていました。2歳8ヶ月を過ぎるまでは、大人一人での外出、散歩は非常に大変でした。

- (5) ワンオペでの外出時の行動、それぞれ違う方向に進み困ってしまった。上の子の時は全てが始めてで手探りのなかの育児だったので、それはそれで大変だったが、その頃はまだ私も若かったので勢いで乗り切れたが、今は体力も低下していて勢いでは行動できなくなっている。共働きで週末は外食をしたいが、双子に手がかり家族みんなゆっくり食事できないのでストレスをかんじる。
- (6) 1人寝かしつけたら1人泣いて起きる、その泣き声でもう1人も泣いて起きるの無限ループが大変、首、腰が座るまでは同時抱っこも危なく、本当に泣き止ませるのが大変だった
- (7) 授乳、2人一緒に寝てくれないこと、1人で外出もできない、お風呂
- (8) 新生児期から6ヶ月ぐらまでの授乳と同時泣きと全然寝ないのが大変でした 外出する際も1人ずつ車に乗せるのも大変で荷物も単胎よりも倍の量もって行かないと行けなくて大変でした
- (9) 授乳、風呂、外出
- (10) 0歳の時は全てが大変。生まれたばかりは、寝る暇もなく授乳、ミルク。産後1ヶ月は身体を休めるよう言われるが、全く休めなかった。同時泣きも多々あり。首が座る前は外出もお風呂も一人ではこなせない。半年が過ぎても、1日中どちらかがぐずぐずしてイライラした。
- (11) 外出ができなかった、同時に泣いた時もう嫌になった、
- (12) ・夫が泊まりの仕事でいない期間が多いので、一人で1日を過ごすのが大変。(授乳、風呂、寝かしつけ、お出かけ、家事など) ・生後間もないころは夜間の授乳で何回も起きるのが大変。 ・おでかけは二人分の着替え、ミルク、オムツなどを用意していくので荷物が多い。 ・双子用の横型ベビーカーでのおでかけでは狭いところはいれないので、行ける場所が限られる。多目的トイレにも入れないことがあるので、一人で双子を連れて出かけた時に自分がトイレできないことがあった。

- (13) 2歳児と0歳の双子を連れて行動する事が困難。買い物や遊ばせることが難しい。
- (14) ●お金が掛かる
補助はほとんどないので、オムツやミルク代、ファミリーサポート代などお金で解決できることは解決するしかなかったです
- 手が足りない
ワンオペだとミルクやお風呂、抱っこなど、一人で3人の相手は手が足りないので困りました（私の分身が2人くらい欲しかった）
- 病院の受診が一苦労
一人で数名連れて行かないと行けないのでヘトヘトでした（特に予防接種）
私自身の病院受診なんか殆ど行けません
- (15) 全において1人のときと比べて大変。中でも一番は外出。バラバラに走り出す。おとな1人では制御不能。二番は同時ぐずり。抱っこ1人しかできないから。あとは、産まれて数ヶ月は寝不足。同時泣き、つられ泣き、交互泣き。1人の時も寝不足だったが双子は更に。
- (16) 授乳。2人同時に泣いたりぐずったりした時。首が座っていないときのお風呂。ワンオペの時。
- (17) 外出時の荷物が多いこと。ベビーカーに乗ってくれる間は気にならないが、歩くようになると重たい荷物を持ちながら双子の相手をしなければならないのが大変。その状態で二人同時にぐずられると手のつけようがない。
- (18) 授乳ミルクや寝かしつけ、病院の診察や買い物、支援センターなどひとりで2人を連れていくことは上の子の時より大変だと感じた。
- (19) 一人の時とは全てにおいて比べものにならないくらい大変。敢えてあげるなら、授乳、離乳食、保育園の送迎、風呂、お買い物の時の乗り物カート（上の子も乗りだがるので、親2人で3台押せない）
- (20) 時間が読めないこと。一日中こどもたちの生活に合わせることが続くこと。

- (21) 授乳…1人寝たと思ったらまた1人起きる
寝不足な毎日でした！
- (22) お昼ご飯など楽しいたいと思っても1人で3人つれての外出が困難。少しくらい騒いでもいいフードコートは自分で食事を取りに行かなくてはならないのでハードルが高いです😓
- (23) 買い物、お店のカートは一人用なので常に抱っこ紐おんぶ紐を駆使していました。お風呂、子供ではなく、自分がしっかり入る余裕が全くなかった
- (24) ひとりだとできることがふたりいると出来ないことが多い。あっちこっちに行ってしまうので、ひとりで公園などにふたり連れて行くのが難しい。子育て支援センターに行っても、ふたりを見るのに精一杯で他のお母さんなどと話す余裕はない。ひとりひとり、それぞれ好きなことをじっくり取り組めるようにしてあげたいが、ワンオペではそれも難しい。
- (25) 授乳で寝れなかったこと。 同じ月齢のためイヤイヤ期が同時だったり、外出先でのトイレ、買い物カートを2台押しながら買い物するときなど
- (26) 全ての行動が2倍になるので体力の限界があります！！親1人に双子での行動は特に大変です！！同時に泣かれたりすると、同時抱っこするので…猫の手も借りたいと思うほど…大変です！！
- (27) 一人で双子を見る日のお出かけは行く場所を選ぶ。2人が同時に泣いて抱っこをせまるとき、あとに回された子が余計に泣いてしまうので大変。
- (28) 外出
- (29) 全て。授乳はダブル授乳してミルクを2人にあげる。外出もチャイルドシートに2人乗せてベビーカーや抱っこ紐に2人乗せて。そもそも外出自体がしんどくてあまりできない。お風呂は1人だととても無理で順番に手分けしないと入れられない。おむつ替え、ダブルで漏れたりしたら着替えやら洗濯やらしんどすぎる。
- (30) 授乳、おむつ替え、着替え、お風呂、選択、洗い物等で乳児期は全くといって良いほど睡眠時間がとれない。車での外出時は、駐車場に入れても双子用のベビーカーを広げるスペースが無く、行けるところが限られてくる。障害者や妊婦さん

用の駐車スペースはあるが、そこにとめることもできないので困る。歩けるようになってくると散歩に行きたいが、それぞれが全く別の方向に行くためらワンオペでは危険。買い物に行っても二人してギャン泣きすると買い物もできなくなる。雨天はほぼ外出できない。

- (31) 一人では育児ができず、全てに対して時間がかかり、余裕がなかった。
- (32) ・上の子は平日は保育園に通っていますが、休日に上の子の遊び相手をするのが大変です。双子も連れて公園に行ったりも一苦労。
・新生児の頃の授乳が大変でした。
・外出時に双子用のベビーカーが通れない入り口がある（割りと小型の車椅子幅のものです）。耳鼻科にいったときに入り口に入れなくて、一度車に戻って一人用のベビーカーと抱っこひもでの抱っこに代えた。
・総じて二回目の双子よりも、一回の出産の方が精神的に辛かった。一回目の出産で双子だったらと思うとゾッとします。
- (33) 1人の時は簡単だった外出が2人になるととにかく大変だった。2人同時に泣いてしまっても抱っこ紐は1人しか抱っこできない、双子ベビーカーでは狭くて入れない所や通れない所があったり、荷物がとにかく多くなったり…
- (34) 外出がしにくい。スーパーへの買い物が死ぬほど辛い
- (35) 2歳頃までは全てが大変でした。お風呂もご飯も授乳もおむつ替えも着替えもお出かけも。
- (36) 同時に泣いた時
- (37) 授乳、風呂、寝かし付け、同時泣き、外出など
- (38) 全て大変だったので…一つあげるなら外出ですね。
- (39) 外出はスーパーに行く程度でも、手と目が足りないと感じることがあります。
- (40) すべてが大変。妊娠中から参加できるマタニティ教室なども参加期間が単胎寄り、出産2か月前には入院する人も多い多胎妊婦には難しい。市区町村に母子手帳を貰いに行った時点で多胎の情報が欲しい。そもそも市区町村の母子手帳を受

け取った所に多胎に対しての情報が全く無い。

(41) 出産後数ヶ月はぐっすり眠れない 1歳半頃までは1人だと一緒にお風呂に入れない（ベビーバスを使っていた）

(42) 授乳、寝かしつけ、お風呂、離乳食、外出、健診や予防接種

(43) 回答遅くなり申し訳ございませんでした。

以下双子に限った話ではないかもしれませんがご参考になれば幸いです。

- ・夜中のミルク、オムツ替え、とくに夜泣きが交互に来るのでまともに寝ることができなかったこと。

- ・双子を連れての外出。横並びのベビーカーだったので狭いエレベーターに乗る時は一苦勞だった。荷物がなにかと多くなる。

- ・一人が風邪を引くともう一方も遅れて風邪を引くので複数回病院に行かなければならないこと。

- ・お下がりという手が使えないのでなんでも同時購入になり費用がかかること。

(44) 1人で外出や買い物ができなかった、月齢が低かった時睡眠時間が取れない

(45) 授乳やお風呂も大変ですが、工夫すれば対処できました。ただ、外出だけは本当に辛かったです。親が1人の際に双子を連れて外出するのがとても大変です。ベビーカーが大型で入らない・通れない、双子が泣いても対処しきれない、駐車時も双子のベビーカーを広げられるスペースを探さないといけない（結果的に入口から遠くなる）。出かける度に心が折れてしまうので、児童館や子育てセンターも利用しませんでした。

3. ふたご（みつご以上）を平等に、あるいは差をつけないように意識することはありますか？もしある場合、どのようなときですか？

(1) ミルクの哺乳量、だっこ

(2) おもちゃなど2人同じ物を与える、1人を褒めたらもう1人も褒める

(3) 他人からの「どちらがお姉ちゃん？」という質問は基本的に無視する（1分しか違わない、と答える）

- (4) 一人を褒めるとき、もう一人の子どもと一緒に喜び、疎外感を与えないように気を付けています。
- (5) 喧嘩した時、誕生日のケーキやプレゼント、
- (6) どうしてもよく泣く方を抱っこすることが多くなってしまうので、その間はもう一人にはたくさん声をかけるようにしている。成長(お座りハイハイ発語など)に差があっても比べない。
- (7) 双子でも生まれた順番でお姉ちゃん、妹どっち？と言われるので、本人たちにはお姉ちゃんだからこうしなさい、とは言わないように気を付けてます
- (8) この子はこうできるよ的な比較をしないようにしてます
- (9) 泣いている時の抱っこ
- (10) あり。洋服や持ち物、おもちゃ、おやつなど必ず2つ買う。喧嘩した時も、どちらかだけを叱ることはしないように心がけている。
- (11) ご飯の内容、服、対応する時間、おもちゃ
- (12) ・なるべく二人とも同じだけ抱っこしたり話しかけたりして、ふれあう時間を平等にしたいと思っている。・将来、どっちがお兄ちゃんとか弟とかは言わないようにしようとおもっている。
- (13) 双子の片方に障害がある為どのようにすべきなのか不明。
- (14) 我が家は一歳半違いの姉がいるので、喧嘩にならないように食べ物や飲み物の量を3人それぞれ均等にワンプレートで配るようにしています
3人それぞれの良さがある事を常に声かけるようにしています(1人だけ褒めない)
- (15) 平等にというより、同じものを与える、同じ事をしないと愚図ったり泣き出すため結果平等になっている。
- (16) 同じものを買う。食べものをあげるとき。

- (17) 食事やおやつは同じだけあげる。生活習慣を整える。(同じ時間に起床、食事、就寝)一人に構いすぎないように、一緒に遊ぶときはみんなで同じ遊びをする。
- (18) おもちゃや服、すべてにおいて2つずつ。
名前を呼ぶときはまとめてじゃなくて〇〇ちゃん、△△ちゃんとそれぞれ呼ぶ。
- (19) (回答なし)
- (20) 特に意識をしたことはない。
- (21) 比べないようにしています。
- (22) ダメなことをしたとき一人だけ怒らずあなたもこーゆーところがダメだったよとか仲良くするためにどうしたらいいと思う？と問いかけるようにしてる
- (23) タイミングの悪い方はいるもんで、イタズラなどでいつも怒られるやつがなんとなく決まっていますが、しっかり状況を、確認するように気をつけています。あと、テストの良し悪し(基本悪いけど)は全く気にしないようにしています
- (24) 常に。差をつけないよう気をつけている。
- (25) なるべく比べないようにしてます。習い事、教えることは2人ともに話すようにしてます。
- (26) どちらかが、出来ることが増えているのに対してもう1人はまだ出来ていない時！！この子には、この子の成長ペースがあるから時が来るまで見守ろうと思うようにしています！！これから先も！！
- (27) 毎日短い時間でも必ず1対1のスキンシップをとる。それぞれ好きな遊びがちがうので、1日の中でその子の好きな遊びに向き合う時間をとる。
- (28) 本人達に、それぞれ比べるような、話し方はしない。
- (29) 成長に差が出る時
日常生活から気をつけてます

- (30) 常に平等を意識している。
- (31) 発信力が強い方にばかり手をかけないように心がけ、関わりに差を作らないよう意識した。成長に伴い、平等より子どもたちの性格によって関わりを工夫している。
- (32) ミルクをあげる順番や、同じ時に泣き出した時に抱っこする順番は偏らないようにしています。
- (33) 上の兄や姉と同じように、1人1人を見るようにしている。双子だから2人が一緒だと考え接することはあまりない。食事の量やトイレトレーニングの進み具合などもその子に合わせるようにしている。
- (34) 声かけするとき、目を合わせたり抱っこするとき
- (35) 特にない。それぞれの成長に合わせてようと思っている。
- (36) 抱っこやミルク、寝かしつけの回数。さっきは長男だったら次は次男という感じに触れ合う回数を均等にしようと意識している
- (37) 片方だけ何かできたときに片方ばかりを褒めすぎない、食べるスピードが違っててもトータルの食事量は同じくらいにする、など
- (38) 平等に怒るようにはしています。
- (39) 言えることに差があるので、喧嘩の時などは一方の言うことだけを重視しないように気をつけています。
- (40) 常に平等を意識している
- (41) 1人に目を向けて褒めたりすることがあった時は、もう1人にも声をかける
- (42) 得意不得意があることを意識して接する、成長を比べない
- (43) (回答なし)

(44) 喧嘩をしたときにどちらかの味方をしないように意識しています。

(45) 3.4 歳頃までは差をつけないように、

①極力同じものを 2 つ用意する

②愛情表現は同じようにする

③姉と妹と言わない、区別しない

④叱るときは 2 人に話す

など気をつけていました。③は周りの大人にも協力してもらっていました。

4 歳以降の今は個性が出てくるので、②と③は継続、①と④は意識していません。

4. 子どもが 1 人（単胎）だったらこういうことはしないのに、またはもっとこうしてあげられるのと思うことはありますか？もしある場合、どのようなときですか？

(1) だっこを同時にしてあげたい、授乳を同時にしてあげたい

(2) 大きくなってくると泣いていても 1 人しか抱っこできない、待っててねが口癖になっている

(3) 可愛い服を見つけても 2 着買うことを考えると買えなくなる時（おもちゃも同様）

(4) 一人であれば、沢山話しかけてあげられたり、公園にも連れていけるのではないかと、思い悩みました。

(5) 沢山公園に連れて行っていったり、ディズニーランドにも迷わず連れていけるのになあ

(6) 思う存分、抱っこしてあげたい。もっと外に連れて行ってあげたい。ゆっくり向き合って遊んであげたい。

(7) 1 人だと待たせることがないのに、2 人ともに順番ね！と言ってどちらか待たせてしまいます。またひとつのものを分けなきゃいけないので、少なくなった、と言われてしまいます。

- (8) 同時泣きの時に単胎だったらすぐ抱っこしてあげれるのになってなります 単胎だったらママ独り占めとかできるんだろかなとか寂しいおもいしたりしないのかなって思います
- (9) 泣いたらすぐ抱っこしてあげられるのに…どうしても同時に泣いてしまうと、1人は泣いたまま待ってもらうことも多々…
- (10) 赤ちゃんのとき、泣いてもどちらかしか抱っこしてあげられない。1人ならお腹がすいたりオムツだったり、すぐ対応してあげるのにどちらかを我慢させることになり辛かった。
- (11) いっぱい抱っことか泣いたらすぐにつけるとかもう少し優しくできたかなとかイベントごとに力を入れたかなとか
- (12) ・単胎と比べたら、一人に対して深く真剣に考えてあげることができていないと思う。また、ふれあう時間ももっと多くとれたと思うし、長泣きさせないで済むとも思う。良くも悪くも妥協しながら育児している。
- (13) 双子のうち、障害児がいなかったら生活の不安はないのにと障害の受容もできずにいる。また障害児しか産まれていなかったら育児放棄していた可能性が高いと感じる事が多い。双子で健常児と障害児が居たから、現在辛うじて障害児を育てられていると思う。
- (14) それぞれの興味に合わせた習い事に通わせたい（私1人では3人それぞれの送迎は無理なので同じ習い事に通わせています）
- (15) 全てにおいて1人だと楽だな。と思う。1人だともっと構ってあげられる。ゆっくり絵本読んであげれる。抱っこもたくさんしてあげられる。泣いたらすぐ対応できる。良い意味では単胎だったら、こんなに夫は育児に参加していないと思う。
- (16) 抱っこ。膝の上に座るとき。半分にすることや待ってもらうことが多い。
- (17) できるようになったことをしっかり褒めてあげられる(二人いると最初にできるようになったほうだけになりやすい)。ぐずったらすぐに抱っこしてあげられる。親子ヨガなど親子向けイベントにたくさん参加できる。

- (18) もっと遊びに付き合ってあげたいが、大変だし、2人で遊ぶし、以外と上の子のときよりあまり手をかけてないかも。
- (19) 絵本の読み聞かせをしたいが、それぞれペースが違うため、また、そもそも家事に余力がなく、じっくりとしてあげられない。
- (20) 小さいときはだっこをもっとしてあげられたかなとは思ったけど、ごめんねと思うことはなかった
- (21) もっとたくさん抱っこをしてあげられたかなと思います。1歳半には抱っこすることはあまりなく自分で歩いていました。我慢させていた部分がたくさんあります。
- (22) 母のゆとりのなさがもう少し改善されていたかもしれません
- (23) 同時にぐずっていたときはゆっくり相手をしてあげられなかったなと思うし、抱っこかおんぶの取り合い、などなど二人だから揉めることはあるけど、折り合いの付け方を早いうちに学んだ気はします
- (24) よくある。一緒に外へお散歩にもっともっと連れて行ってあげられるのに。室内遊びももっとじっくり取り組む様子をみてあげられるのに。習い事もさせてあげられるのに。
- (25) 無し
- (26) 度々あります。基本的にパパとママそれぞれ一人の子を見る感じになりますが、もし一人ならもっと余裕をもって子供を見れるんだろうなと思います。もし単児なら、外出もわたしひとりで色々な場所やイベントにも参加したと思いますが、子供の楽しそうなイベントなど一人で二人を見るのは無理だと思って諦めたことが何度かあります。
- (27) 公園で好きなように遊ばせてあげたい。赤ちゃんのとき、満足いくまで抱っこしてあげたかった。(母ワンオペ育児中心です)
- (28) 2人泣いてても放置(構えない)。そもそも抱っこしてあげられない。遊んであげ

られない。なにもかも

- (29) 単児だと目が届くので行動範囲が広がるとおもう。
- (30) 長女の育児では複数の選択肢を探し、じっくり考えて関わった。双子の育児は安全と効率を優先して関わった。親の行動の変化としては、座って食事をする時間がなくなり、育児に必死になった。
- (31) ・もっと抱っこしてあげられるのと思う。一人目の時に抱っこのしすぎで腰を壊して腱鞘炎になって大変だったので、出来るだけ抱っこしないようにしている。今同じように腰などを痛めたら家庭が回らないので。
- (32) もう少し外出の機会は増やしてあげられたと思う。公園や買い物に行くにしても小さい頃は2人を1人でしっかり見れるか不安があった。
- (33) もっと、公園に行ったり近所を自由に走らせたりしてあげたいが違う方向に行ってしまうので危険なので自分一人の時はなかなかいけないこと。泣いたらすぐに抱っこしてあげられないことが多い。
- (34) もし単胎だったら、など考えもしない。
- (35) 1人だったらその子どもだけの育児に専念できると事あるごとに思ってます。
- (36) 首がすわる前で2人同時に泣いたときは1人抱っこ&1人バウンサー(足で揺らす)だった。大きくなって2人同時抱っこできるときはするが物理的に難しいときは、抱っこと泣いても両方抱っこしないことがある(1人抱くともう1人も抱っこと号泣するから)。もし単胎だったらもっと抱っこしてあげたのと思う。
- (37) かまってあげる時間。ママしかいない時に二人とも泣いても、1人しか抱っこしてあげられないこと。
- (38) お昼寝の寝かしつけでお互いを起こし合うので怒ってしまうのですが、その時だけは双子じゃなければなあと思うことがあります。
- (39) 子育てセンターなどのイベントは単児寄りの内容ばかりで、1人で双子を連れての参加が難しい

(40) 遊びたいことが違う時など、1人ずつなら合わせてあげられるのと思うことがある。

(41) もっとゆっくり丁寧に遊んであげたい。もっと外出が楽だと思う。育児にかかる費用も高くつく。

(42) 一人ずつ会話をしたり遊んだりする時間を持つこと。我が家の双子の場合、どちらが親を一人占めするかでよく喧嘩になることがあり双子自身が親と一对一の時間を求めているように感じる。親と二人きりで出かけたり、片方が早く眠るとその時間を楽しもうとしているので、出来るだけそうした時間を設けたいと思っているが、4歳になると生活リズム(就寝時間、起床時間)が二人とも同じになるので個々の時間をなかなか設けられていない。こうした場面に直面すると親だけでなく双子自身も大変なんだと思う時がある。

(43) 喧嘩したときに仲介したり、どちらかを説得することが、単胎だとないのかなと思ってしまいます。

(44) いっぱいあります。

- ・ 沢山抱っこしたかった
- ・ 沢山お出かけしたかった
- ・ 妊娠中を楽しみたかった
- ・ お金をかけてあげられた
- ・ 公園に沢山行きたかった
- ・ 温泉や旅行に行きたかった

など。テレビやネット、SNS、友人知人の話など聞くと沢山思います。「できる訳ないじゃん」という僻みかもしれません。双子が歩き始めた時公園に行きたくて、でも大人が1人だと目を離してしまうのが怖く結局行けませんでした。子供用ハーネスを使おうかと思った時期がありましたが、賛否があるため結局買いませんでした。

参考文献

- ・大木 秀一，2020 年『多胎出産の現状とこれからの多胎育児支援（特集 これからの多胎育児支援）』チャイルドヘルス 23(1), 6-9
- ・大木 秀一，彦 聖美，2019 年『多胎サークルの実態に関する全国調査——主催者による特徴の違いと保健行政機関からの支援に関して』石川看護雑誌・= Ishikawa journal of nursing 16, 1-12
- ・越智 祐子，横田 恵子，2011 年『多胎育児の社会的困難——母親へのインタビュー調査から』神戸女学院大学論集 58(2), 65-78
- ・村上 淳子，中新 美保子，鈴木 江三子，2012 年『双子の母親の育児ストレスに関する研究——乳児期の双子育児をする母親の体験から』川崎医療福祉学会誌 22(1), 79-86

参考 URL

- ・e-Stat 政府統計の総合窓口 人口動態調査 人口動態統計 確定数 出生
<https://www.e-stat.go.jp/dbview?sid=0003411624> (2020/07/21 最終閲覧)
- ・一般社団法人日本生殖医学会
<http://www.jsrm.or.jp/public/index.html> (2020/12/02 最終閲覧)
- ・公益社団法人日本産科婦人科学会 『生殖補助医療における多胎妊娠防止に関する見解』
http://www.jsog.or.jp/modules/statement/index.php?content_id=25 (2020/12/02 最終閲覧)
- ・厚生労働省，2020 年，a，令和元年度全国児童福祉主管課長会議 説明資料 2「母子保健課関係」 p 190 (8/116) p 228 (46/116)
<https://www.mhlw.go.jp/content/11920000/000601761.pdf> (2020/12/01 最終閲覧)
b, p 592 (24/70)
<https://www.mhlw.go.jp/content/11920000/000604300.pdf> (2020/12/02 最終閲覧)
- ・国立生育医療研究センター（国立研究開発法人）胎児診療科
<https://www.ncchd.go.jp/hospital/about/section/perinatal/taiji/> (2022/01/11 最終閲覧)
- ・tatai fam Instagram
<https://instagram.com/tatai.fam?igshid=50yq6ffupf88> (2021/02/15 最終閲覧)
- ・tatai fam ホームページ
<https://tataifam.wixsite.com/tataifam-1> (2020/12/02 最終閲覧)
- ・ツインマザースクラブ
<http://tmcjapan.org/index.html> (2021/02/15 最終閲覧)
- ・富山県／「多胎ファミリー応援事業」の募集について

<https://www.pref.toyama.jp/1201/kodomosien/0304tataiouen.html> (2021/05/10 最終
閲覧)

- ・ 富山市ホームページ

[富山市 その他の事業 \(city.toyama.toyama.jp\)](http://city.toyama.toyama.jp) (2021/09/06 最終閲覧)

- ・ 高岡市ホームページ

[高岡市ホームページ たかおか市民と市政 | 今月のお知らせ〈健康、献血、急患〉](http://city.takaoka.toyama.jp)

[\(city.takaoka.toyama.jp\)](http://city.takaoka.toyama.jp) (2021/09/06 最終閲覧)

- ・ 高岡市立保育園・認定こども園・子育て支援センター

<http://takaoka-ed.jp> (2021/09/05 最終閲覧)