三重県多胎アンケート
調査結果報告書2023

はじめに

今回、三重県の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。
三重県の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。
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。

2023年7月

三重県多胎育児サークル ふたば

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

提出の目的

多胎とは？単胎とは？

双子、三つ子など2人以上の赤ちゃんを同時に妊娠することを「多胎妊娠」と呼びます。
それに対し、1人の赤ちゃんを妊娠する場合を「単胎妊娠」と呼んで区別することもあります。

多胎(ふたごや三つ子など)家庭はなぜ支援が必要なのか

①ハイリスク妊娠
多胎は妊娠糖尿病、妊娠高血圧症候群、HELLP症候群、胎児発育不全、胎児形態異常、子宮内胎児死亡、血栓症、TTTSなど、様々なリスクを伴います。
多胎妊娠は安定期がなく、横になって休む「安静」や管理入院が長期化することも多いのが特徴です。

②マイノリティであるがゆえの情報不足、孤独感
全分娩件数の中で多胎はたった１％。
仲間に出会うことも、特殊な不安や悩みを共有する事も困難です。

③育児の困難さ
同時に複数の乳児を育てる事に加え、早産（単胎4.7%、多胎50.8％）や低出生体重（単胎8%、多胎72％） による発育の遅れ、医療的ケアの必要性が、より問題を複雑化させます。

④虐待死のリスク
一般社団法人日本多胎支援協会が2018年に公表した調査報告書では、多胎家庭での虐待死の発生頻度は、単胎家庭(1人の子どもを産み育てる家庭)と比べ、2.5～4倍以上にもなるという結果が出ています。
また、厚労省が令和４年９月に発表した「子ども虐待による死亡事例等の検証結果等について（第18次報告）」によると、心中以外の虐待死49人のうち、多胎は5人。10%が多胎でした。

多胎妊娠・育児は上記のように、さまざまなリスクや困難があります。
しかし、100組に1組程度というマイノリティであるために、誰かが声を上げなければ、この困難な状況に気づいてもらうことさえ難しいのです。

既存の子育て支援は、単胎家庭を基準に策定されており、多胎家庭にとっては現実的な利用が難しいものがあります。
だからこそ、多胎独自の支援事業が必要不可欠となります。
本アンケート調査報告書および提言がこれからの多胎支援事業の創設・拡充に寄与することを願っております。

豊田市三つ子虐待死

2018年1月豊田市に住む三つ子の母が、生後11カ月の子どもを虐待死させる事件が起きました。
母は三つ子に対して毎日24回以上ミルクをあげており、1日1時間も眠れない日が続いていたが、母を継続的に支えることができる人は、周囲にはいなかったということが報道されていました。
どんな状況でも、子どもは待ってくれません。頼る人がいなければ、母親一人で3人の子どもの世話をしなければならないのです。
もし、助けてくれる人がいたら…　同じ境遇の人とつながり、悩みを共有できていたら…
もし、充分な支援があれば…　このような悲しい事件は防げたかもしれません。
もう二度と同じようなことが起きないよう、多胎支援を共に考えていただけたらと思います。

多胎家庭の虐待は予防できる

ぎふ多胎ネット代表の糸井川誠子さんは以下のように述べています。

虐待への対処は予防が最も重要だとされていますが、「予防」はその成果があったのかどうかを検証することは、難しいと言われています。
しかし、多胎児育児家庭への支援は、以下の理由からその成果ははっきりと出やすいと糸井川さんは言います。

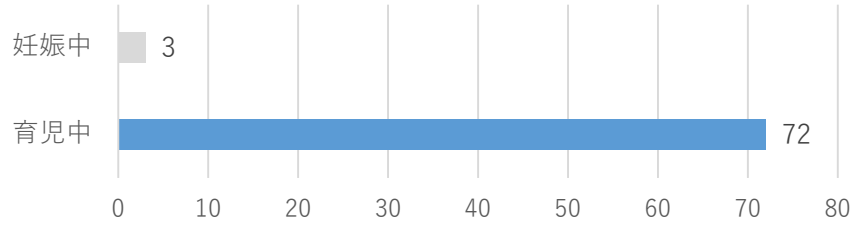
- **妊娠中から虐待が予防できる唯一のカテゴリー(リスクが妊娠とともに顕在化)**
- **妊娠中からピンポイントで支援できる**
- **多胎児の家庭は3歳まで支援できれば概ね健康に育っていく**
- **予算をかければ結果が出やすい**
- **困難さの種類が決まっている 支援されあれば必ず防げることが多い**
- **不足の原因がわかっているから、そこを埋めていくだけでリスク軽減ができる**
- **数が少ない →予算も少額で済む**

このように、多胎家庭への支援が整っていれば、多胎家庭の虐待リスクは限りなく0へ近づけることができるのです。しかし、このままでは、豊田の虐待死は対岸の火事ではありません。私たちも、この三つ子ママと紙一重のときもあるのです。もし、この三つ子ママへの支援があったらと思うと同じ多胎児の母親として、なんとも言えない気持ちになるのです。
もう、二度と同じような悲しい事件が起こらぬよう、多胎支援の創設・拡充に力を入れていただきたいと思っております。

参考：一般社団法人いんふぁんとroomさくらんぼ「ふたご・みつご育児が楽しめる社会に」より
https://drive.google.com/file/d/1HHm3t63EDHuYw0b2RoPZtQM7LV7rSYpL/view

回答者について

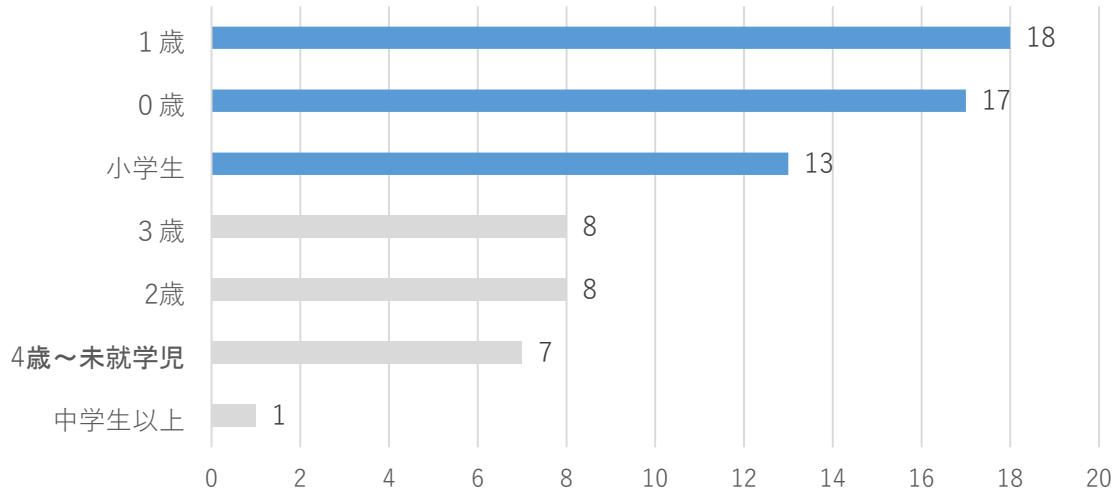
現在の育児状況について教えてください　(75件回答)



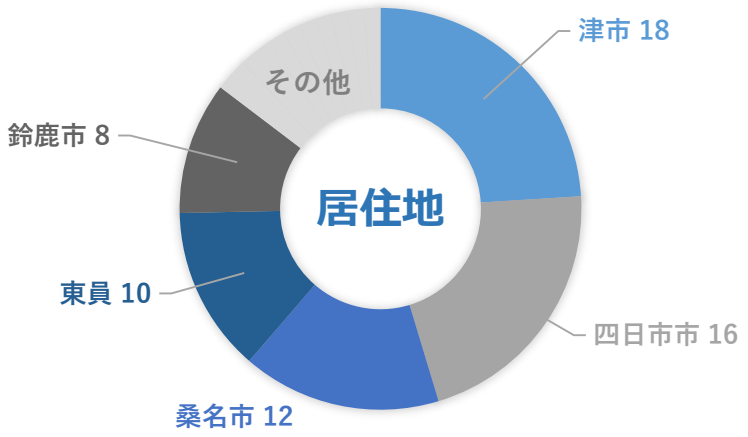
Point!

- 回答者の**96%が多胎育児中**
- **1歳と0歳の多胎児**の子育て世帯が約半数を占めた。
- 津市、四日市市、桑名市、東員町などの多胎家庭による回答が多かった。

現在の多胎児のお子様の年齢を教えてください　(72件回答)



現在の居住市町について教えてください　(75件回答)



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**

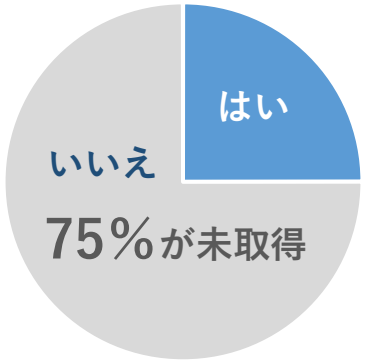
アンケート回答者の内訳は母親が72名、そのほか3名である。

今回はSNSを中心とした情報拡散、会員らによる口コミで回答者を募った。
回答者の地域は津市と四日市市が約半数を占め、次いで桑名市・東員町・鈴鹿市の多胎家庭からの回答が多かった。

県内の多胎サークルによる協力（四日市市を活動拠点とするひまわりクラブ、桑名市を拠点とするさーくるちぇりーがいずれも会員らに呼び掛け）と津市の多胎支援拡充を願う有志による情報拡散、東員町担当部署から多胎家庭への郵便物発送による情報提供が、大きく回答結果にも影響を与えていると考えられる。

回答者の育児環境

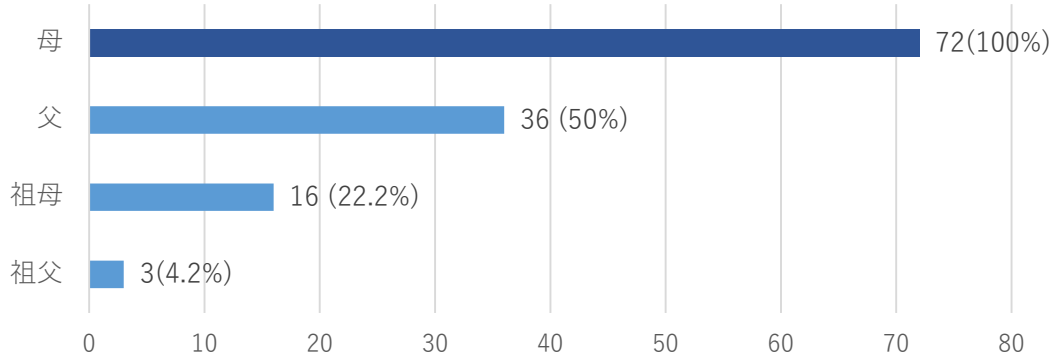
父親は育休を取得しましたか？　(72件回答)



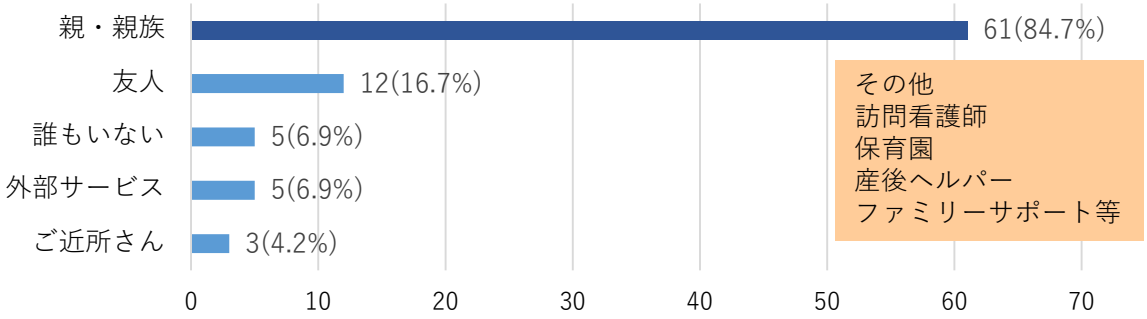
出産後6ヵ月は最低でもとれるように
してほしいという声が多かった。
周りのサポートがない場合は1年ほしい
多胎児には育休は絶対に必要
などの声もあった。

父親の育休取得率は25%。
取得しなかった理由としては「前例がない」「査定に響くかもしれない」「長く働く為にも目立ちたくない」「義実家の支援があったから」「給料が減ってしまうので」「取得しづらい環境」「双子育児の大変さを認識していなかったので取る必要性を感じていなかった」などから取得しないケースが見受けられた。

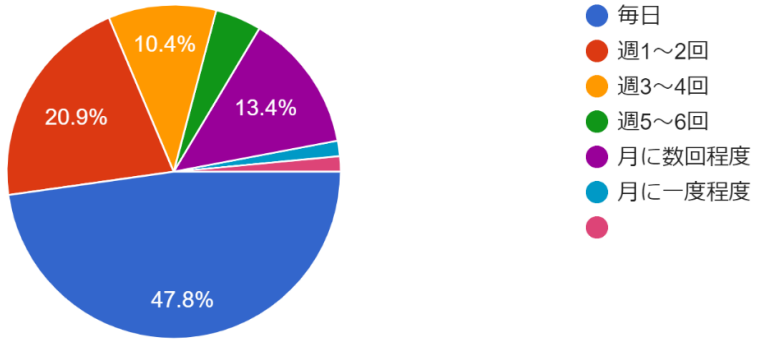
【乳幼児期】多胎児の主たる育児者は誰ですか？　(72件回答)



【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件回答)



【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



主たる育児者は母親が100%。
身近に助けてくれる支援者は親や親族が84%で、約半数が毎日関わりを持っている状況。
週1-2回が約20%、月に数回程度が約13%、週3-4回が約10%と回答者の多胎児の年齢が小さいこともあり、関わる頻度は高いように見受けられた。

多胎育児者を取り囲む環境・外出に関して

双子用のベビーカーは、大きく分けて２種類。
子どもを横並びに座らせる「**並列型**」と、前後に座らせる「**縦列型**」がある。

並列型の場合、幅は80cm前後。車いす幅60～70cmに比べると若干大きめ。

縦列型の場合、幅は一人用ベビーカーと同じくらいだが、子どもの腰や首が据わったあとでしか利用ができないものが多い。

最初は横型を買って後から買い替えるというのも、金銭的になかなか厳しいため、**多くの多胎家庭は並列型ベビーカーを継続して利用**している現状がある。

■公共交通機関について

公共交通機関は使う選択肢に入らないという意見が多かった。
使用しない理由としては
・迷惑になりそうと思ったため
・車以外の移動は出来るわけがないと思っていた。
・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。
・駅のエレベーターの場所が遠いことが多い。
・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ないのが難点。
などが挙げられた。

・近鉄電車に双子ベビーカーで夫婦と双子で乗ったが、すぐに駅員さんが声をかけてくれホッとした。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た。などの感謝の声もあった。

■駐車場について

多胎家庭の車利用による意見として
・駐車がせまくベビーカーが出しにくい。
・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。
・思いやり駐車場がまだ設置されていない施設も多い。
・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で怖い。
など外出困難な状況な声が多数寄せられた。

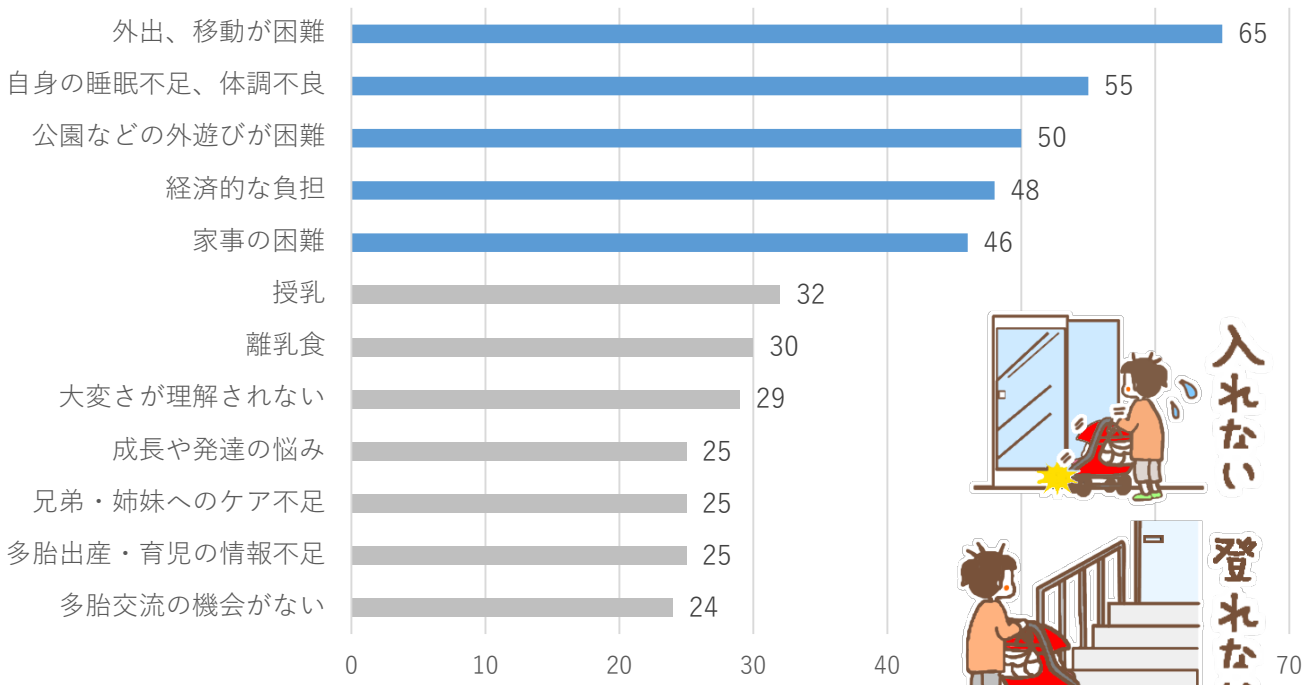
その一方でおもいやり駐車場の多胎利用期間が産後３年に延長されたことへの感謝の声が多くあった。

■店舗や歩道などの道幅について

・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。
・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思う。
・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。
・店が商品を棚の下の床に直置きするスタイルだと双子ベビーカーが通れない
・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った。
・歩道に段差が多く、ベビーカーでの移動が大変。
・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った。
など駐車場でも苦労し、さらにベビーカー幅に対しても苦労という二重三重の苦労が見えた。

多胎育児者の困りごと

【乳幼児期】困ったこと、大変だったことはありましたか?
それはどのようなことでしたか?(複数回答可)　(72件回答)



約9割が「外出・移動の困難」を感じている。

次いで6割が
「(親)自身の睡眠不足や体調不良」「公園などの外遊びが困難」
「経済的な負担」「家事の困難」
など心や身体の不調や日々の家事育児、金銭的に困っている。

また４割が授乳や離乳食などの大変さや
その大変さが周囲に理解されないことを感じていた。

金銭面編

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

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

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で家計には辛い

外出編

病院への受診。
1人で2人を抱えて病院内で待つ事が困難。

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。

保育園への送迎。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

多胎交流会はあったが、双子を連れて出かけることが無理。

食事編

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。

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。

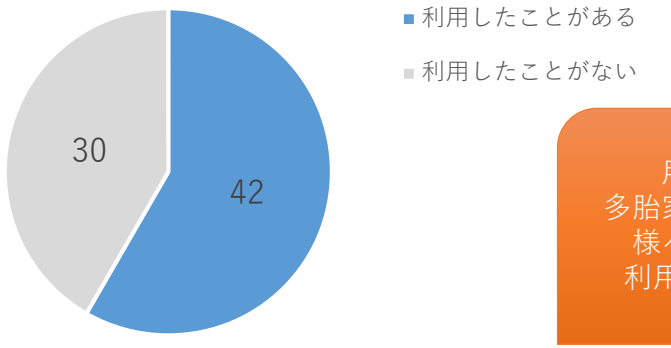
体調編

産後の母体の回復にかなり時間がかかった。

一度に育児が終わるからいいね
双子ちゃんうらやましいわと安易に言われ
尖った気持ちになるなど周囲の不理解に苦しむ声もあった。

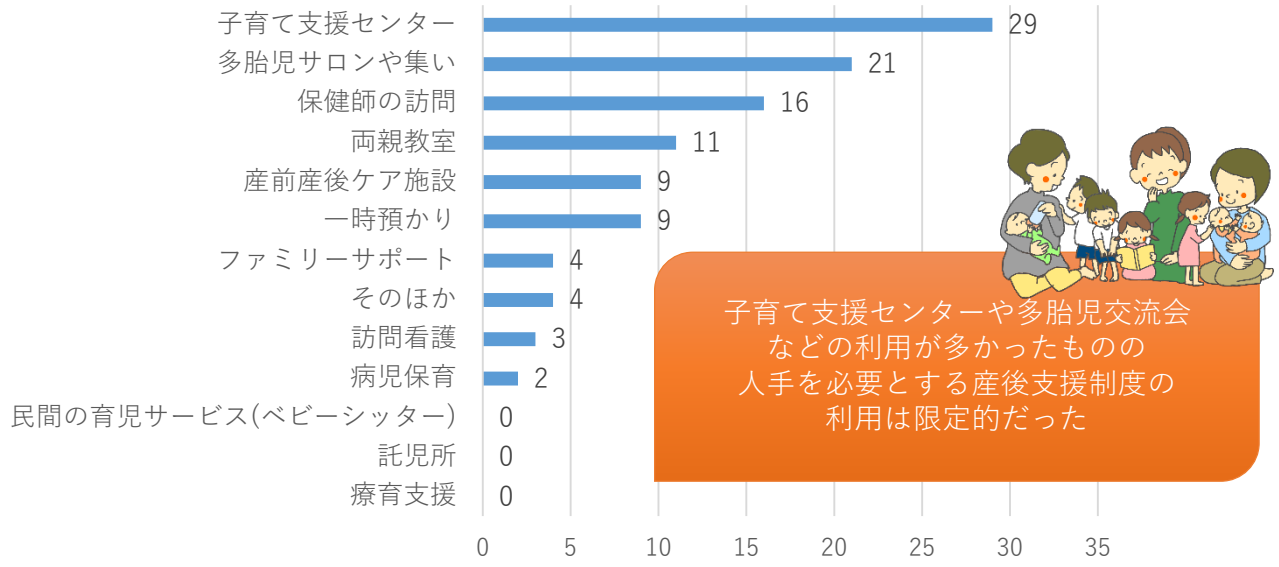
支援サービスの利用状況

これまでに行政や自治体、民間、病院の育児支援サービスを利用したことはありますか？(75件回答うち3件無回答)



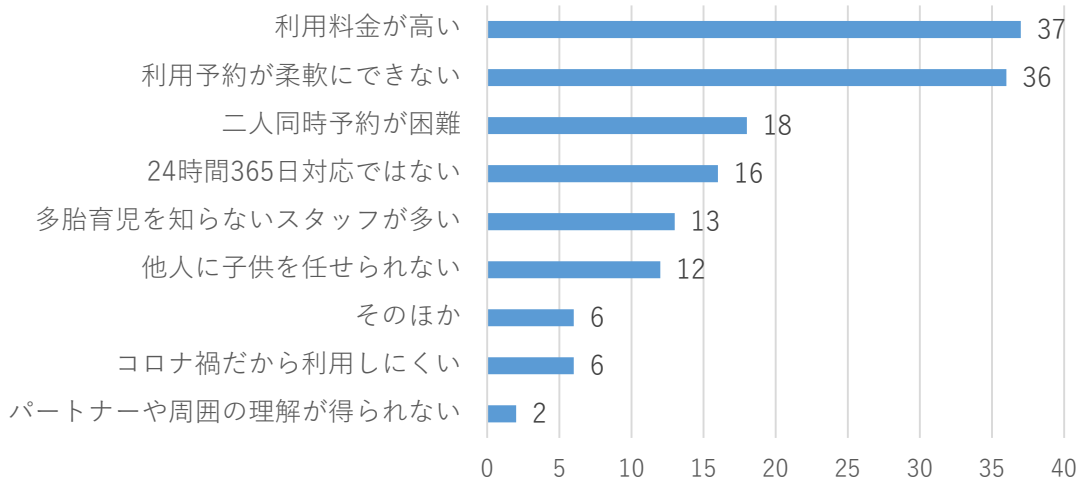
用意された地域資源を
多胎家庭は活用できていない。
様々な理由で利用を断念し
利用割合は6割にとどまった

【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)　(43件回答)



子育て支援センターや多胎児交流会
などの利用が多かったものの
人手を必要とする産後支援制度の
利用は限定的だった

【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件回答)



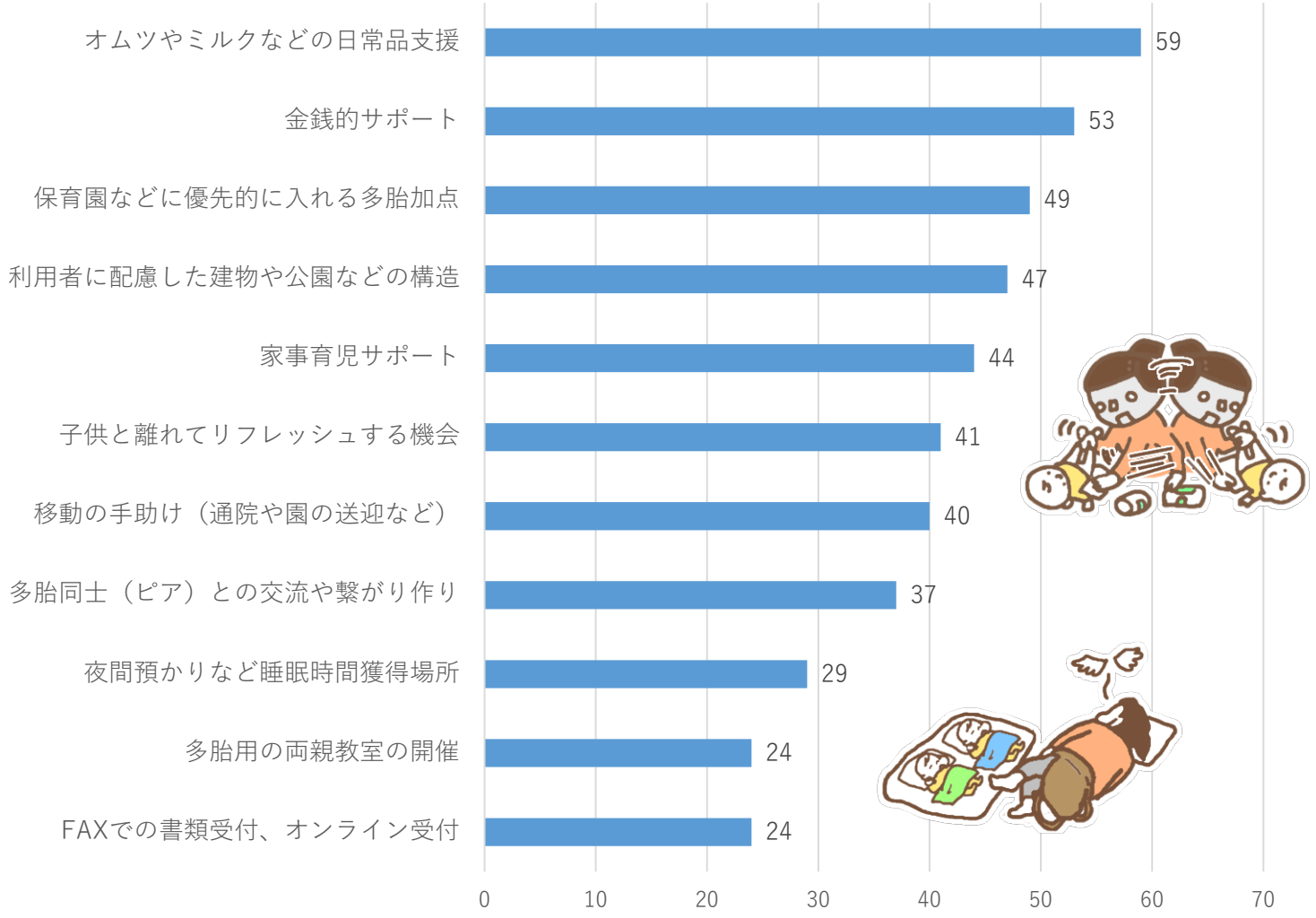
育児支援サービスを利用したのは約6割である。
その中でも約半数が「子育て支援センター」「多胎交流会」などを利用したことがある。

サービスを利用していない理由は、①費用が高いと思ったから(40%)②申請登録の手間があるから(31.4%)　③サービスの情報を知らなかった、利用しなくてもなんとかなった(28.6%)　④受けられる支援がなかった(11.4%)
そのほか「サービス利用対象者になるか分からなかった」「多胎受け入れ体制がなかったから」などの理由が数件みられた。

サービスを利用検討時に気になる点としては「**利用料金が高い**」「**利用予約が柔軟に出来ない**」**が６割以上**であった。
他には**二人同時予約の空きがなかった**り、**利用したくてもすぐに利用できない、多胎育児知識のないスタッフや他人に子供を預けることに躊躇する**声も見られた。

乳幼児期の多胎育児にほしいサービス、サポート

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件回答)



◆オムツやミルクなどの日常品支援について
多胎育児で大変なことの一つに一日中ひたすら続く授乳がある。多胎家庭の場合、必要となるミルク・オムツ・洋服等に単胎児家庭の２倍・３倍の費用が必要となる。
また、多胎児のためのベビーカー等特有の育児グッズの出費もある。

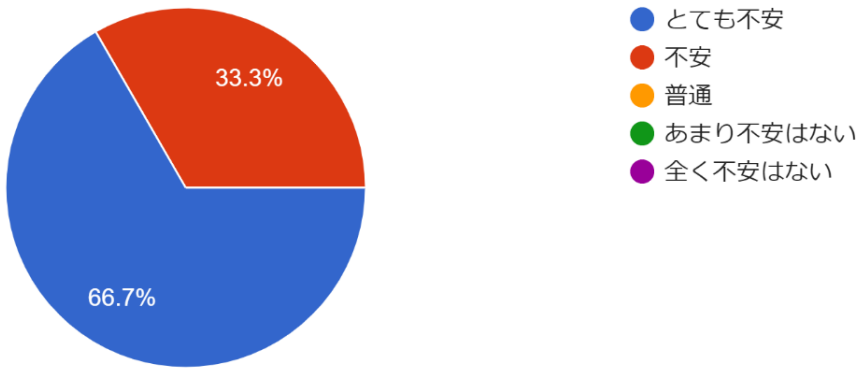
◆金銭的サポートについて
多胎妊娠を想定外に突然告げられることが多く、予測して貯金をしておくのは困難。自身の体調管理も難しいため、仕事との両立を諦め、短時間勤務を選んだり離職するなど、収入面でも不安定な状況になるケースも多い。

〇妊婦検診について
多胎妊婦は妊婦健診で自費でノンストレステストを受ける機会は単胎児の妊婦より多くなる傾向がある。
多胎児の場合、追加で妊婦健診の補助券を貰えるが、市町によっては無いケースもある。

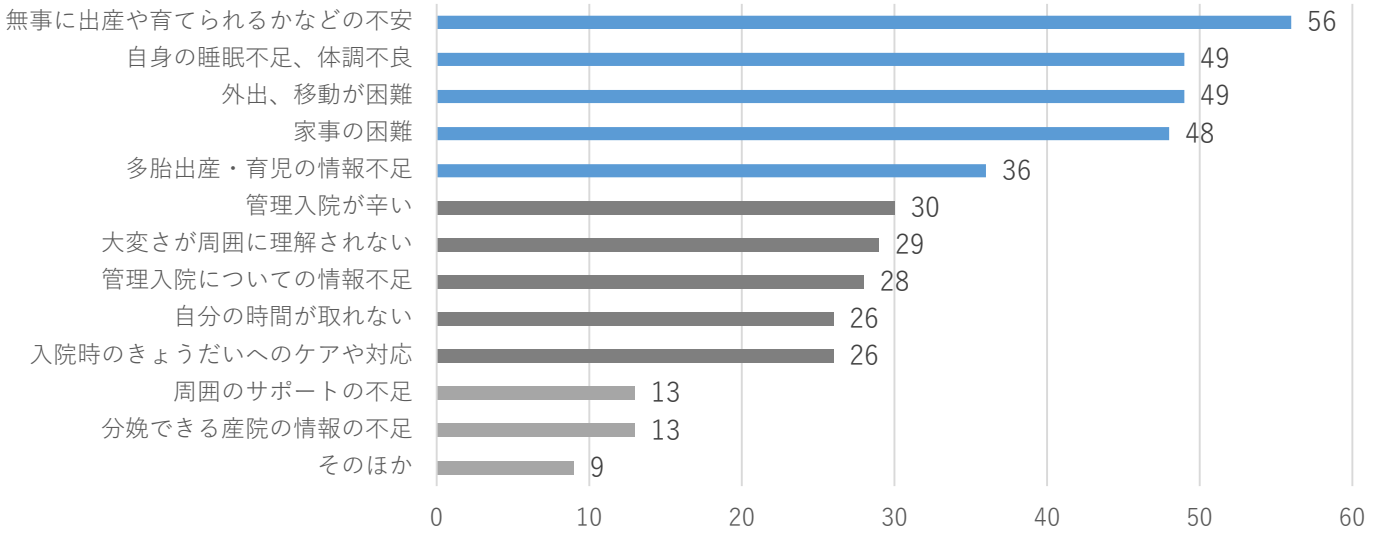
◆保育園などに入れる多胎加点について
多胎児を保育園に預ける場合には、同年齢枠に２人分（三つ子ならば3人分）優先的の空きが必要となる。
これでは異年齢の兄弟児を複数人預ける場合よりも、入園の確率は下がり不利となる。
また、多胎妊娠は単胎妊娠よりも安静が必要とされ、上の子の保育が必要となる家庭は少なくない。
このような多胎家庭の状況をきちんと把握して、加点を設定して頂きたい。現在、三重県で多胎加点があるのは伊勢市のみ。

多胎妊娠期からの不安

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



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



多胎育児に関して、妊娠中から不安を抱える人は多く、「とても不安、不安」と答えている。

多胎育児者が妊娠中を振り返って大変だったことは

1位：無事に出産できるか、無事に育てられるか等の不安

2位：自身の睡眠不足、体調不良

外出、移動が困難

3位：家事の困難

4位：同じ立場の方との交流の機会がない

5位：多胎出産・育児の情報不足

そのほか「管理入院が辛い」「大変さが周囲に理解されない」「管理入院についての情報不足」「入院時の兄弟へのケアや対応」「自分の時間が取れない」などの声があった。

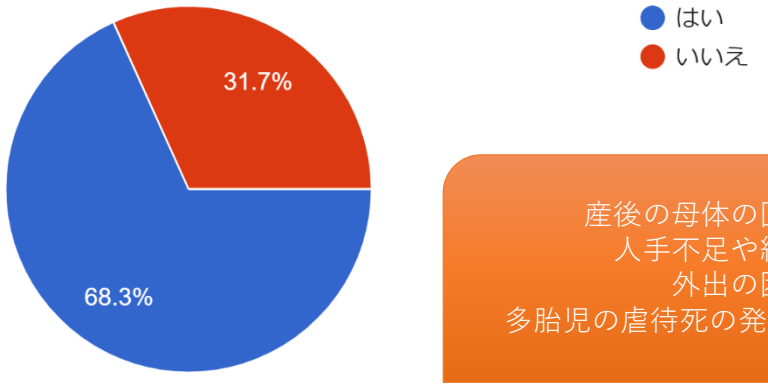
妊娠期間中に欲しかった情報やサービス、支援などについては

- **上の子の預かり保育サービス**
- **妊婦健診を一律負担なし**
- **妊娠期間中から使える家事代行サービス**

などのコメントがあった。

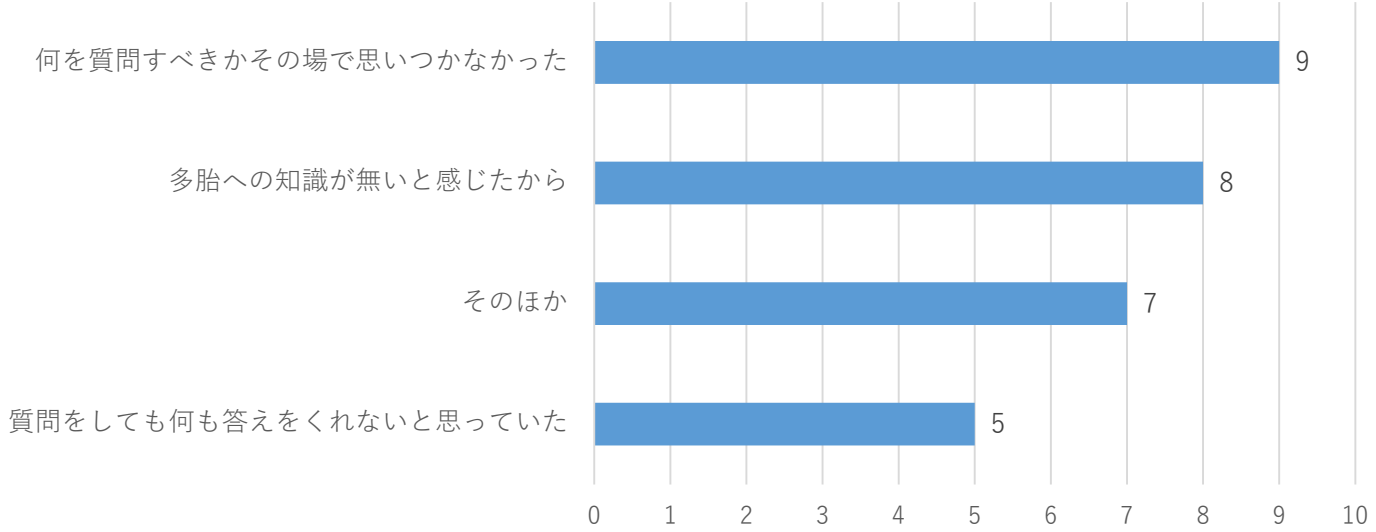
乳児家庭全戸訪問事業(赤ちゃん訪問)の有用性

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



産後の母体の回復の遅さに加えて
人手不足や経済的負担の増大
外出の困難があり、
多胎児の虐待死の発生率は単体児の2.5~4.0倍

質問できなかったのはなぜですか?（複数選択可）　(24件回答)



出産後、担当職員（保健師など）による家庭訪問が87.5%はあったと答えたが、約3割が多胎育児への不安を質問することができなかったと回答した。

質問できなかった理由は
「何を質問すべきかその場で思いつかなかった」「多胎への知識がないと感じたから」「質問をしても何も答えをくれないと思っていた」が約8割を占めた。

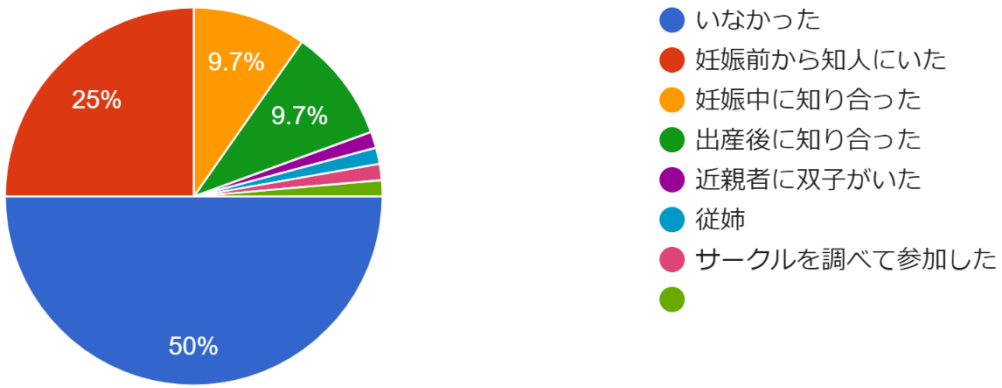
そのほか乳児家庭全戸訪問事業(赤ちゃん訪問) の要望として
・多胎児家庭には、母親の希望があれば多く訪問するなどの配慮がほしい
・多胎支援の情報や知識不足を感じた。もっと知識を身につけて欲しい。
・長期でのサポートを行って欲しい
などの意見が多く見受けられた。

その一方で「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で頼りにしてます」「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」「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。」などの感謝の言葉も多くあった。

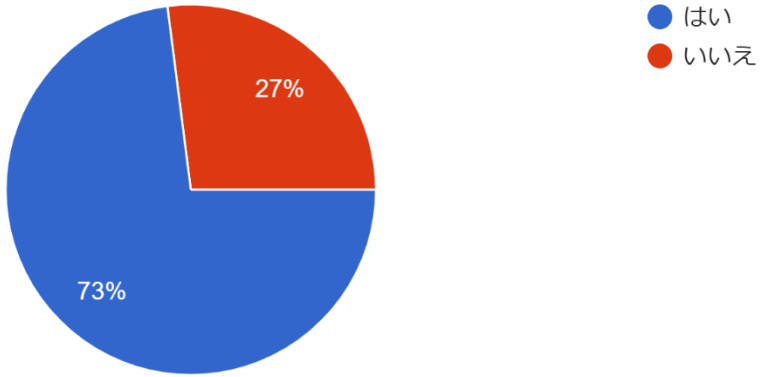
訪問される方によって持つ知識に差がある現状に対して多胎訪問の際は事前に多胎に関する知識を得ていただくか、ピアサポーター(先輩多胎親)の同行や、多胎支援や子育て支援に関する情報がまとまった資料の提供などが望ましいと考えられる。

多胎育児経験者（ピア）との繋がりの必要性

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』方へ質問です。いたら違ったと思いますか。
37 件の回答



多胎育児の経験者が身近にいなかった人は50%。
その中でも73%が『いたら違った』と感じている。

「経験者が身近にいたら違った」理由

「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。」

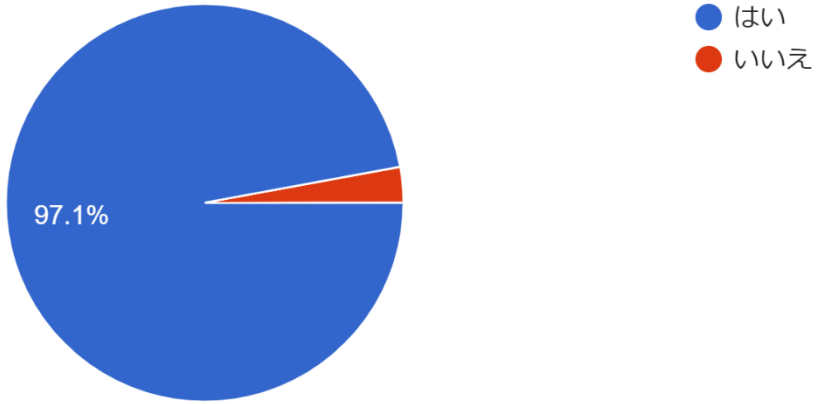
「出産後に入院していた病院で、助産師さんに双子の授乳を始め、双子育児のあれこれを質問してみたが、ほとんど知識がないようで、育児本に載っているようなことしか教えてもらえず、双子育児の特殊さを体感した。」

「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。」

「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。」

多胎育児経験者（ピア）との繋がりの必要性

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



多胎育児をする親子の役に立ちたいと思っている人は、全回答者の97.1%。
多胎育児経験者は、不安や大変さを実感していることもあり、多くの人が、今後多胎育児をする人の力になりたいと思っていることがわかる。

これまでのアンケート結果により
①産前から不安の強い多胎妊婦へ、多胎育児に必要な情報提供や産後の多胎育児のイメージを持てる情報は非常に重要であること
②乳児家庭全戸訪問事業(赤ちゃん訪問)でも多胎情報を望む声の多さ
③乳幼児期に約7割が多胎育児経験者（ピア）との繋がりを求めていたことが分かった。

現在三重県では多胎育児経験者（ピア）との繋がりの場として多胎交流会などはあるが、外出のハードルの高い多胎家庭には向かず、多胎育児経験者（ピア）が病院や自宅へ訪問する「ピアサポート事業」の実施が現実的である。

三重県では桑名市がピアサポート事業を行っている。

■ピアとのつながりの必要性について

多胎育児は情報が不足しがちであり、当事者同士でないと理解しにくい部分がある。
また、単胎児の親との交流の場合、多胎家庭がかえって孤立感を深めてしまうことがある。

特に、妊娠中からのピアとのつながりは、実際の多胎妊娠や出産、育児経験に基づいた知識や情報を得ることができ、育児のイメージがつきやすくなり、多胎育児の不安、ストレス、孤立感といった精神的負担の軽減に直結する。

さらに、産後も継続して関わりを持つことで、発達段階に応じた悩み相談や仲間づくりが期待できる。
父親からも、「先輩パパの体験談を聞きたい」等の意見もあるなど、男女問わず必要なサポートといえる。

多胎育児をして感じたこと（アンケートより抜粋）

子供の側面

・ミルクをあげる時間がかかる。
・毎日喧嘩が絶えない。喧嘩中に中立の立場に立たされるのも辛い。
・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。
・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
・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。
・時間を合わせて寝てくれることが少ない。
・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
・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。
・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ない。
・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。
・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。

精神的側面

・疲れによるイライラなどが重なり、夫婦喧嘩もかなり増えた。
・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。
・産後からずっと体調に波があり、育児ノイローゼだと感じる。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。
・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。

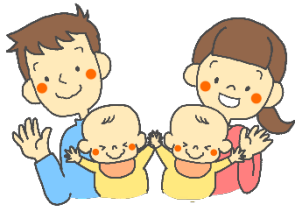
親の身体的側面

・便利グッズにかかる費用や探すだけでも労力がかかる。
・睡眠時間もほとんど取れず辛くてよく泣いていた。

社会的側面

・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。
・妊婦健診も補助券内でできないところがある。一律に負担なしにして欲しい。
・両親世代は双子妊娠・育児の大変さを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
・道端等で悪気のない嫌な言葉をかけられる（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尖った気持ちになる）
・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た。
・ミルク代やオムツ代が2倍。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、チャイルドシートが同時に2台必要。お金がかかる。
・親子教室など多胎児に配慮されておらず、参加を諦めざるを得なかった。
・一人が病気で一人が元気な時保育園に預けれない。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。
・助産師さんに双子育児について質問してみたが、ほとんど知識がなかった。
・予防接種の問診票も最大10枚記入したことがあり、同じことを何枚も書くのが辛い。
・病院受診や支援センター他、ベビーカーでは入れない所だらけ。
・役所のエレベーターに双子ベビーカー（横型）が乗らない
・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使えなかった。
・支援サービスは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をえなかった。
・多胎児家庭サポート事業の利用予約が10日前までと縛りがある。求めているのは今日明日の人手。
・デイケアに一人で赤ちゃん二人を車に乗せて行くというのが怖くてストレス。
・大人1人で一歳児2人を安全に見る事は困難。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。
・ファミサポも考えたが、提供会員宅での預かりのみで断念。
・歳の違う兄弟とはまた違う育児だと思うのでどこか区別をつけて欲しい。
・どうしたら双子育児の壮絶さ職場に理解してもらえるのかと日々感じています。
・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。
・多胎家庭の方々と交流したいと思いながらも、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。

多胎児でよかったこと（アンケートより抜粋）



多胎家庭は妊娠、出産、育児を不安にさせるネガティブな情報に多く遭遇する
ポジティブな意見を多く発信することもまた重要なことである

育児において感じる喜び

・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。
・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う。
・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。疲れも吹き飛ぶ。
・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。
・双子同士で遊ぶ時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。
・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！
2歳前から、2人で遊んでくれる時間が増えて楽になった。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。
・何をしてい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。
・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う。
・保育園や小学校でもフォローし合っているようで、安心。
・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。
・現在は小学生になり、お手伝いが出来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。

外的要因で感じる喜び

・道ゆく人に可愛いね、大変だけど頑張ってね等、声をかけて頂ける機会が多いことはとても嬉しいです。周囲の人の優しさに気づけた。
・双子を通して声をかけられることが多くなり、人と話せることがうれしかった。
・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た
・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くださることが本当に助かります。
・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。
・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。
・双子でスーパーや街を歩いてると、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ぁと思います。

多胎育児者にとって周囲からの手助けや声かけは非常にありがたいものである

多胎育児に対する社会の理解や多胎支援拡充が進むことによって

『多胎育児は大変だが、それ以上に楽しく幸せ』 に繋がる

アンケート結果に基づく多胎児育児支援への提案

1. 妊娠期からの情報提供

多胎家庭は、妊娠・出産時には産後の生活の想像がしづらく
妊娠期からの不安や困難感を抱えたまま、多胎育児が始まる。
妊娠期という準備期間をいかに過ごせるかが負担軽減のカギとなる。

①多胎育児に特化した情報発信

⇒「多胎育児用副読本の配布」や「多胎プレパパママ教室など」

（情報提供は母子手帳交付時など早めの周知、管理入院中や出産後の全戸訪問時など繰り返しの周知をする）

②多胎妊娠の妊婦健康診査支援事業の実施

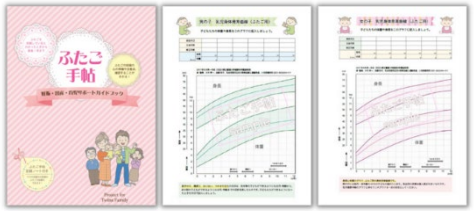
⇒多胎妊婦は、単胎妊娠の場合よりも頻回の妊婦健康診査受診が推奨され、通常14回程度の妊婦健康診査よりも追加で受診する必要がある。
受診に伴う経済的負担が大きくなることから、その健康診査費用を補助する制度が現在半数以上の県内地域で導入されている。

③多胎ピアサポート事業

⇒多胎児の育児を経験した先輩ママ（ピアサポーター）に、多胎の妊娠、出産、子育てについて聞くことが出来る。管理入院中、出産後の全戸訪問時等などにピアサポーターが同行する形での訪問型事業。

ふたご手帖の配布

多胎妊娠の経過や注意点などの医学的なことや育児の工夫を、イラストを交えてわかりやすく説明する妊娠、出産育児のガイドブック。
ふたご手帖の配布は低予算で実現可能。



津市「多胎プレパパママ教室　さくらんぼ教室」
https://www.info.city.tsu.mie.jp/www/contents/1001000011515/index.html

多胎児の親になるために、多胎育児経験者(ピア＝仲間)からの情報は、育児用品の準備、産後の手伝いおよび育児協力者の手配、退院後の地域のサポート体制に関する情報など有効な支援となります。

参考資料：多胎育児支援ハンドブック

桑名市「多胎の妊娠や育児を先輩ママに教えてもらおう！（多胎ピアサポート事業）」
https://www.city.kuwana.lg.jp/kodomosogo/kosodatekyouiku/kosodate/2-485-506-231-398.html

アンケート結果に基づく多胎児育児支援への提案

2. 産後の伴走支援

①家事、育児、外出のサポート支援

⇒妊娠中～産後３年頃まで支援。

桑名市「多胎児ヘルパーサービス事業」
妊娠32週～3歳まで　育児や家事、外出の際の支援
https://www.city.kuwana.lg.jp/kodomosogo/20220913.html

東員町「多胎児家庭健診等サポート事業」
ご自宅に母子保健推進員が訪問し、外出時に必要なお手伝い(多胎妊娠～4歳未満)
https://www.town.toin.lg.jp/contents_detail.php?co=new&frmId=8637

伊賀市「子育て支援ヘルパー派遣事業」
妊娠中（届出日）から満1歳未満　家事や育児の支援（多胎の場合は80回まで）
https://www.city.iga.lg.jp/igakids/0000004699.html

②一時預かりやショートステイの利用料助成

(親)自身の睡眠不足や体調不良などに悩む親のためのショートステイや一時預かりを増やす。(多胎割引やチケット数増加など)

桑名市「短期入所生活援助（ショートステイ）」
多胎は半額補助あり
https://www.city.kuwana.lg.jp/kodomosogo/20220124.html

四日市市「第2子以降子育てレスパイトケア事業」一時保育2回無料
https://www.city.yokkaichi.lg.jp/www/contents/1001000001275/index.html

③経済的な支援

⇒育児用品の購入補助制度や多胎割引など

オムツミルクなどの日常品支援を
（例. 尾鷲市「多子世帯支援事業」(第2子以降0歳から2歳未満までオムツ、ミルク、おしりふきを月額6,000円分支給)⇒このような多子世帯事業を多胎にも）
https://www.city.owase.lg.jp/0000018005.html
対象品目：乳児用の紙おむつ、おしりふき、乳児用ミルク、赤ちゃん用ソープ（シャンプー）、赤ちゃん用保湿剤、離乳食、哺乳瓶、哺乳瓶用乳首、母乳パッド

生後2ヵ月～12ヵ月まで双子家庭が消費した約10ヵ月分のミルク缶写真。
飲む量が少量だったため、一般的な双子家庭よりも粉ミルク消費量は少ない。
(双子親による提供写真)

兵庫県「多胎児の家庭に対する外出環境支援事業について」
多胎育児家庭の外出時に必要不可欠な大型育児用品(子ども2人以上乗りベビーカー/チャイルドシート/子ども2人乗せ用自転車)の購入・レンタル費用の一部を助成。
対象となる経費の2分の1以内（上限2万円、千円未満切り捨て）
https://web.pref.hyogo.lg.jp/kf11/tatai.html

調布市「多胎児家庭育児用品等購入支援給付金支給事業」
多胎児用ベビーカー又はチャイルドシート/ランドセル/制服の購入費用を助成。
https://www.city.chofu.tokyo.jp/www/contents/1590129718992/index.html

アンケート結果に基づく多胎児育児支援への提案

3. そのほか

①県内の子育て支援サークルや団体への支援

⇒多胎育児サークルは多胎育児特有の悩みや辛さを共有し、孤立感からの解放や仲間づくり、虐待を防ぐ防波堤の役割を担っている。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し、存続に促す。

富山県「「多胎ファミリー応援事業」の募集について」
県内の子育て支援団体等が実施する、多胎児の育児に特有の悩みや課題の解決に寄与するとともに、家庭同士の交流を促進するための取組みへ1回の開催につき上限50,000円を支給。
https://www.pref.toyama.jp/120101/030614tataifamilly.html

尾鷲市「子育て団体の活動を支援する補助」
子育て支援団体に対して年間12万円の補助金支給。
https://www.city.owase.lg.jp/0000020573.html

②保育園利用調整指数に「多胎加点」を

多胎児を保育園に預ける場合には、同年齢枠に２人分（みつごならば3人分）の空きが必要。そのため異年齢の兄弟児を複数人預ける場合よりも、入園の確率は下がり不利となる。別々の保育入園預かりを勧められたなどの話も聞く。ぜひ「公平」な利用調整指数の設定を。

伊勢市「多胎加点」
きょうだいで同一施設を希望する場合（かつそのきょうだいに多胎児を含む場合は、さらに2点加点）
https://www.city.ise.mie.jp/_res/projects/default_project/_page_/001/013/686/reiwa4riyoucyousei.pdf

③専門家への研修（保健師、助産師、子育て支援機関職員等）

⇒赤ちゃん訪問の利用実態アンケートでは多くの多胎家庭が専門家の訪問時に多胎知識がない、または情報の不足を訴えている。

④外出しやすいハード面の環境整備（駐車場や通路など）

⇒おもいやり駐車場の多胎家庭利用期間の延長について感謝の声がアンケートでも多くあった。と同時にバリアフリーでない場所や二人乗りベビーカーの横幅で通れない通路や駐車場の問題についての声も多くあった。

行政支援事業の定期的なフィードバックと改善を

多胎アンケートの行政や民間の用意した支援で多胎家庭は６割の利用にとどまった。 その中でも約半数が「子育て支援センター」「多胎交流会」などを利用で、本当に欲しい支援を利用できていない状況がある。
多胎家庭が必要としている支援には使いにくい物があったり、現実に即してない支援事業もあり、利用者の声を汲みとるような定期的なフィードバックをとり改善する仕組みを作ってほしい。

そのほかの多胎支援先進事例

支援タイプ①育児負担軽減のための支援

- **マイサポーター事業(岐阜県、委託事業者：NPO法人ぎふ多胎ネット他)**
  母子健康手帳を受け取った日から、多胎妊婦に担当のマイサポーター（多胎育児経験者で規定の研修を受け資格を取得した支援者）がつき、保健師や医療機関との連携のもと、妊娠期から育児期まで切れ目なく伴走する。
- **多胎児家庭支援事業（名古屋市）**
  オンラインによる多胎プレファミリー教室
  多胎児家庭が乳幼児健診等を受ける際の同行支援
  多胎児家庭からの子どもの発達や子育てに関する電話相談
  多胎児家庭への訪問支援など
- **多胎児レスパイト支援事業（山口県周南市）**
  山口県周南市と医療法人たにむら小児科（同市川手）は8月3日、未就園の双子や三つ子を無料で預かる日帰りショートステイ事業を始める。小児科隣の民家で受け入れ、育児に追われる多胎児の保護者に休息（レスパイト）を取ってもらう。月齢の下限を設けず、医療機関による同様の預かりは全国でも珍しいという。

支援タイプ②経済的支援

- **多胎児家庭外出支援事業（大阪市）**
  外出が困難な多胎児（双子や三つ子）を養育する保護者等がユニバーサルデザインタクシー等の利用が必要な場合において、その利用料金の一部を助成
  ふたご・みつご出産就学支援助成（滋賀県栗東市）
  ふたご・みつごを育てるご家庭に、誕生直後や進学時等、特に負担がかかる時期の子育て費用を助成。
  ふたごの場合：60,000円、みつごの場合：120,000円
  以後給付対象が1人増えるごとに60,000円加算

多胎家庭の外出はハードルが高く、なおかつ外出時に必要不可欠な大型育児用品（子ども2人以上乗りベビーカー/チャイルドシート)の費用も高額である。
最近は移動に関する支援や経済的な支援も増えている。

ベビーカーがなく親が1人の場合
大量の荷物と双子およびそのほか兄弟を連れて
歩かなければならない
(双子親による提供写真)

AirBuggy(エアバギー) ココ ダブル エクストラ フロムバース
￥93,500 税込

日本育児
kinderwagon DUOシティHOPII
￥38,035 税込

多胎支援拡充を実現する制度

「多胎妊産婦等支援」「妊産婦等への育児用品等による支援」

2019年に「母子保健法の一部を改正する法律(産後ケア事業の法制化)」が公布され、産後1年以内の母子を対象に、市町村に「産後ケア事業」の実施の努力義務を規定されている。
そして、2020年度には、「多胎妊産婦等支援」と「妊産婦等への育児用品等による支援」が新設され、以下のような具体的な多胎育児家庭への支援が求められている。

①多胎ピアサポート事業

補助単価(案):月額189,000円

孤立しやすい多胎妊婦及び多胎家庭を支援するため、
同じような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実施。

②多胎妊産婦サポーター等事業

補助単価(案):月額408,800円

- 多胎妊婦や多胎家庭のもとへ、育児等サポーターを派遣し、産前や産後において、外出の補助や日常の育児に関する介助等を行う。併せて、日常生活における不安や孤立感などに対応した相談支援を実施する。
- 多胎妊婦等へ派遣される育児サポーターに向け、多胎に関する研修も併せて実施する。

国が半分補助をするこの制度によってどんな多胎支援ができるのか

- 「ふたご手帖」の配布
- 保健福祉従事者向け研修会
- 多胎ピアサポーター同行訪問
- 多胎妊婦と多胎育児経験者との交流会
- 多胎妊婦ファミリー教室、多胎児育児講座
- ピアサポーターの養成講座、スキルアップ研修、啓発講演会
- 多胎家庭支援ヘルパー派遣事業、多胎家庭支援ヘルパー派遣事業研修会などが制度を使ってできます。

多胎家庭等サポート事業(佐賀県)

総務省から厚生労働省に対して令和4年1月21日に多胎妊産婦への支援（産前・産後サポート事業）について勧告が出ています

市町単独での事業実施が困難な点を認識・理解し、県主導で広域での支援を検討お願いします

総務省では、妊娠期から出産後にわたり支援を要する妊産婦に必要な支援を提供できる体制の整備を推進する観点から、産前・産後の支援のうち、産婦健康診査事業、産後ケア事業などについて、各地の実態を調査しました。

＜調査結果＞
市町村の現場では、事業の委託先である病院や助産所が地域によって偏在していることなどから、単独での対応に苦慮している実態がみられました。

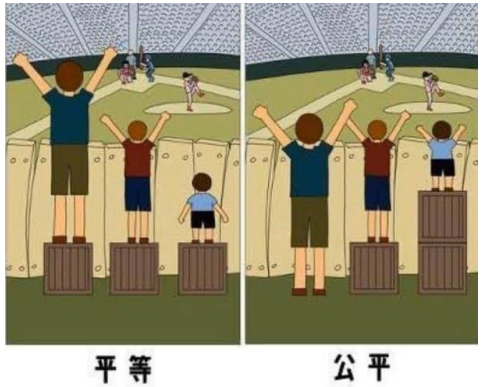
＜勧告＞
市町村が、事業を開始しやすく、取り組みやすい環境を整えるため、都道府県が関与した広域的な対応など、都道府県の市町村に対する支援を促すことを厚生労働省に求めました（総務大臣から厚生労働大臣に勧告）。

最後に

どんな子どもでも産み育てやすい三重県へ

多胎支援を訴えるときはどうしても多胎家庭のことにスポットを充てて話すことが多く、そうすると「多胎家庭だけ特別扱いするわけにはいかない」とか「他の子育て家庭もみんな大変」という言葉を仰られる方がいます。

私たちは、多胎家庭を特別扱いしてほしいわけではありません。
一人っ子でも年子でも多子でも、スペシャルニーズのある子どもでも、**みんなが健やかに育って欲しい。みんなが育児しやすい社会になってほしいと思っています。**



「平等」は皆に同じ台が与えられています。
「公平」は皆が同じ状態になるように台が与えられています。

「平等」な子育て支援をした結果、多胎家庭に起こったのは圧倒的な人手不足による虐待死事件でした。
どうか各家庭に合った適切な支援が届くよう、「公平」な支援を目指して一緒に手を取っていただけたら幸いです。

2023年9月

三重県多胎育児サークルふたば
代表：古川 幸代　中口 由里子
アンケート調査提言作成チーム：松本 真由美　上山 かほり

「三重県多胎育児サークルふたば」について

ふたばは2022年6月に設立された多胎(双子・三つ子)育児サークルです。
双子育児中の母親たちで運営され、三重県全域の多胎家庭を対象に活動しています。

主な多胎支援活動としては「三重県のおもいやり駐車場多胎家庭利用期間延長活動」や「三重交通株式会社の路線バスの双子ベビーカー試乗会開催」などがあります。

2-3ヶ月に一度四日市市を中心に多胎交流会も開催していますので、お子様を遊ばせながら実際に顔をみてお話したり、横の繋がりづくりにもご活用ください。

また無料オンライン交流場(LINEオープンチャット)では、先行く多胎先輩ママや多胎育児仲間に相談や体験談を聞くことも出来ます。多胎妊娠中からもぜひご参加ください。

▲ふたば公式HP

TWINS_MIE_FUTABA

▲ふたばInstagram

本資料および団体に関するお問い合わせ

本資料は下記 Google フォーム回答結果 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/mie-tatai-questionnaire.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/