

多胎妊娠・出産と 母子健康手帳



NPO法人ぎふ多胎ネット
理事長 糸井川誠子



ぎふ多胎ネット

行政職・専門職・支援者が
それぞれの立場と得意分野を
持ち寄って
多胎家庭の支援をするため
2006年に設立された団体。

ふたご・みつご等
多胎児を産み育てた当事者が
支援者となって
専門職・行政職と連携を取りながら
当事者性を活かした
支援メニューを提供し
多胎支援の必要性を
社会に発信している。

行政職

専門職

子育て支援課
保健師
保育士

研究者
医療関係者

子育て支援者
コーディネーター
ピアソーター

支援者

県内全域の多胎家庭
70人のピアソーター
行政や医療と連携
妊娠期からの切れ目の
ない支援

岐阜県委託事業

SDGsの 理念

妊娠期から
多胎妊婦を誰1人
取り残さず
支援につなげる
仕組み

ふたごちゃん・みつごちゃんの
妊娠おめでとうございます！



岐阜県双子等 妊娠期サポート事業

岐阜県では、母子手帳を受け取った多胎妊婦のみなさんに、
同じ多胎の育児経験者（マイソポーター）が寄り添い、
安心して妊娠期を過ごし、出産～育児期を迎えるようサポートします！
具体的には、以下のような支援が受けられます。

- ① 母子健康手帳交付 個人情報提供カードに記入し保健師さんに渡して下さい。
- ② マイソポーターから連絡 訪問日時・場所など相談して下さい。
- ③ 情報提供訪問 マイソポーターから妊娠中・出産後の支援について説明を聞きます。

体調良好なら

- 多胎プレパパママ教室へ参加
～ご家族もぜひご一緒に～
- 「ふたごちゃん・みつごちゃん
にこにこ子育て教室」に
参加して先輩ママパパたちと交流

入院したら

- 入院中の病院に
マイソポーターが
訪問します。

自宅安静などの時は

- マイソポーターが
ご自宅へ
おうかがいします。

1～2ヶ月に1回、電話かメールで、体調について、困っていることはないかななど、おうかがいします。



【受託】 お問い合わせはこちらまで /
NPO 法人ぎふ多胎ネット
URL <https://gifutatain.net.com>
E-mail gifu.tatainnet@gmail.com

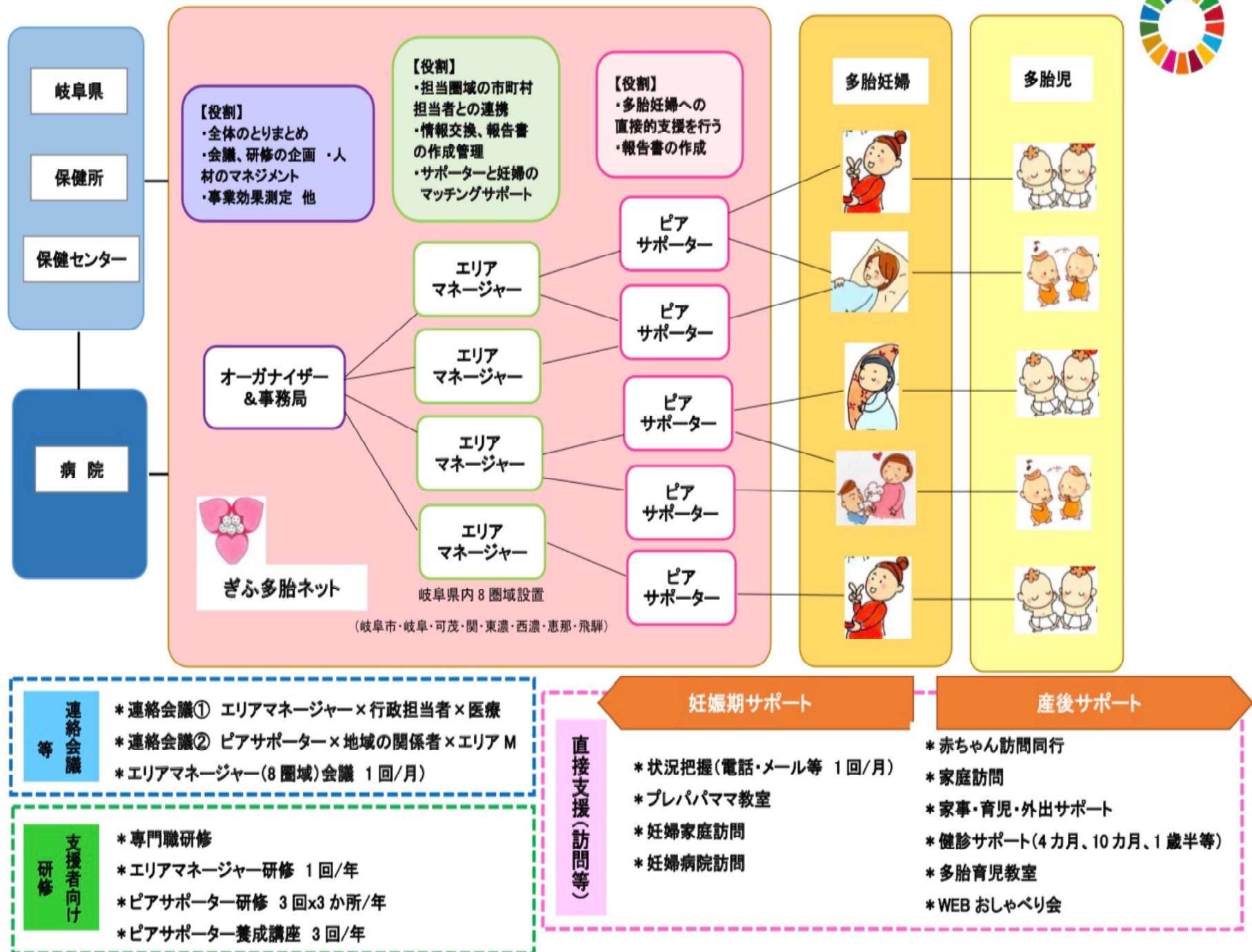


3 すべての人に
健康と福祉を



ぎふ多胎ネットは、
持続可能な開発目標（SDGs）を
支援しています。

岐阜ふたごトータルサポートシステムの全体像



多胎プレパパママ教室



県内5カ所で年間2回ずつ計10回開催、託児付き
多胎妊婦家族や祖父母も参加



多胎プレパパママ教室



妻の体は？妻のイラ
イラのケアは？子ども達は大丈夫？車はどうした？仕事と子育ての両立は？職場へは？



私の体、どうなっちゃうの
？無事に生まれるかしら？
上の子が心配！2人も育て
られるかしら？何がどれだけ
必要？頼れる身内がない
！

病院訪問



県内の周産期センターに入院中の
多胎妊婦を月一回ピアソーターが訪問



保健師さんのおかちゃん訪問の同行



保健師…母体の回復、赤ちゃんの成長・発達など
サポーター…ふたごのいる生活の回し方、
気持ちの共感、先の見通しなど

ピアサポート訪問

個別の悩みに対応=孤立感軽減
具体的に子育てスキルを伝授=自信回復
一緒にやってみる=困難感の軽減



お風呂入れや授乳のやり方と一緒にやってもらえて良かったです。
悩みも聞いてもらえて久しぶりに話せてスッキリ！

相談・傾聴



多胎児健診サポート

健診をスムーズに=未受診を防ぐ
多胎情報の提供=孤立感の軽減
経験談、傾聴=エンパワメント

一人だったら、とても無理だったと思うので、手伝ってもらえて良かったです。双子ならではの経験談も聞けたし、これでいいんだと安心しました。
先が見えた気がします。



市の委託事業
健診会場にサポーターを派遣し、健診の介助



【多胎育児教室】

県内各地で開催、0～3歳の親子



多胎！ファミリーフェスタ事業



大学との共
催なので、
大学生のお
兄さんたち
が遊んでく
れるよ！



多胎=ふたご・みつご

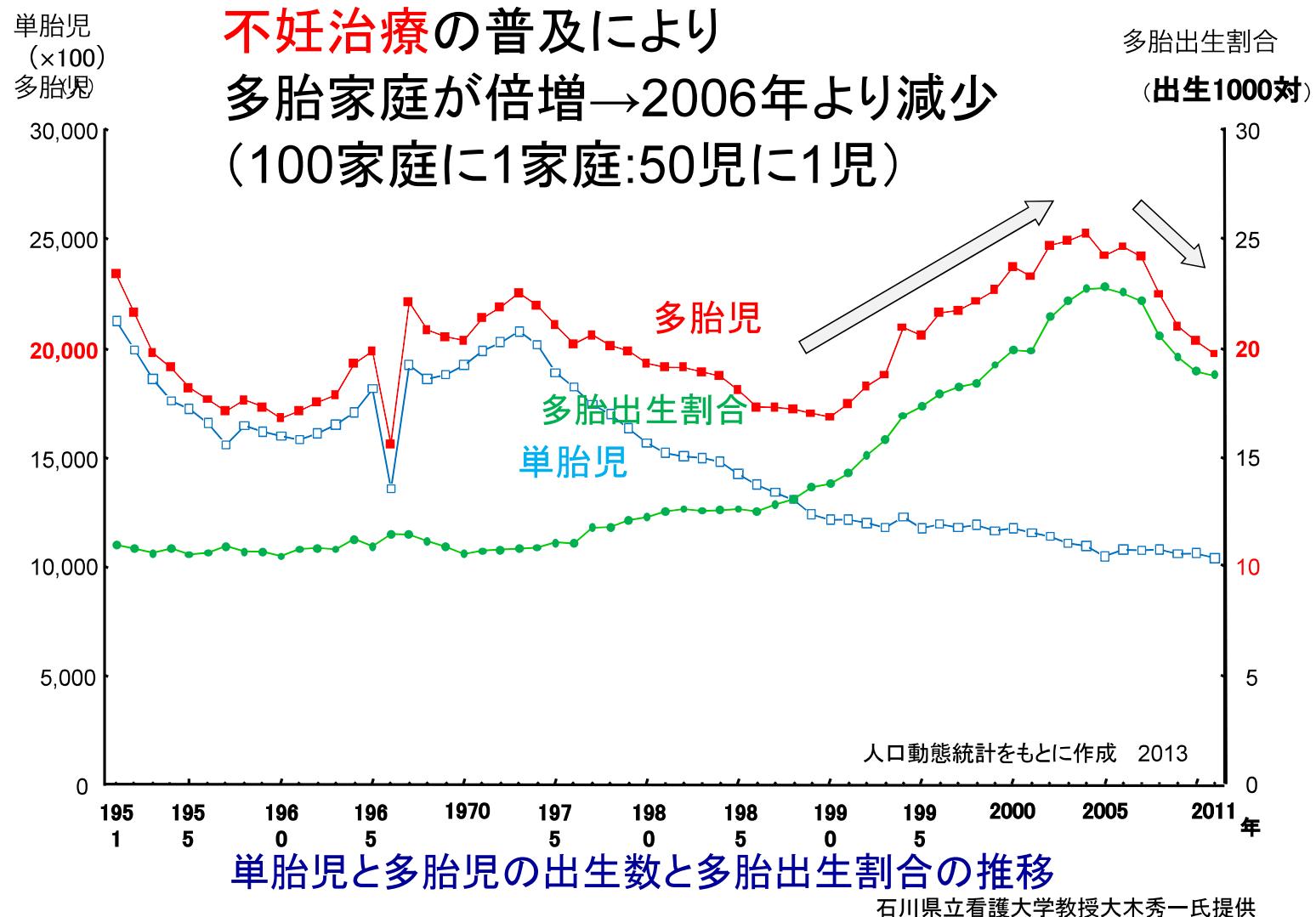
NPO法人ぎふ多胎ネット

NPO法人ぎふ多胎ネット

全国どこででも安心して多胎児を産み育てられる社会を目指して
妊娠期からのトータルサポートを提供



さて、
多胎妊娠・
出産は、、、



多胎(双胎)の妊娠の経過

・ 妊娠初期

膜性診断(妊娠10週頃)

母子健康手帳の交付

胎児の大きさは単胎と変わらない

つわり・体調不良

多胎妊娠の不安や妊娠の受容が難しい場合もある

・ 妊娠中期

胎動を感じる

お腹が大きくなり始める

胎児は単胎と比べて小さめで発育

多胎育児のイメージがもてない

里帰りをする?
早めに相談

切迫早産
妊娠高血圧症候群などの異常が起こりやすい

双胎間輸血症候群
胎児発育不良など

お腹が張る
安静が必要

何時でも入院できるよう
に準備

・ 妊娠末期

妊娠8か月頃には単胎の臨月の大きさ

管理入院をする場合も

マイナートラブルが増強する

浮腫・腰痛・胸やけ・
動悸・食欲不振・不眠等

緊急帝王切開になる場合も

情報がなく、
不安な気持ちの
妊娠期



妊娠8ヶ月で臨月並み
→動けない
自宅安静
早期入院
→体力と筋力劣化
→出産後フラフラ



ふたごの出産
35~37週
2200~2400g
→赤ちゃんはNICU
ママは大量出血=貧血



不安な妊娠期⇒戸惑いの中で育児がスタート

一般の母子健康手帳は？

妊娠健診の回数が単胎の4倍なので、健診結果を記入する欄が足りない

妊娠経過が单胎とは全然違うのに、その情報はどこにも載っていない

妊娠健診での医師の説明が家族にうまく伝えられない

出産週数、あかちゃんの体重、母体の回復、ふたご育児の仕方、、何もかも知らないことだらけ。育児が戸惑いから始まった。

情報がなく、自分の体がどうなっていくのか不安

成長曲線を見るたびに不安になった

成長曲線に入れたくて無理矢理飲ませた



多胎の妊娠・出産・育児を
ナビゲーションできるような副読本を
全国の多胎家庭に！



誰一人取りこぼさず、正しい情報を受け取り、
安全な妊娠期を過ごし、安全に出産し、
安心して育児に向かえるようにする。

正しい情報→多胎妊娠・出産・育児の知見のある
専門家の執筆したもの

- 母子健康手帳と一緒に交付
- 基準を定めた全国統一のもの
- 正しく伝えられる保健師の教育
(マニュアルの作成?指導の手引)

インター
ネット
クチコミ
体験談集

～ふたごの妊娠出産育児のハンドブック～

ふたごナビ



『ふたごナビ』

岐阜県立看護大学 服部律子教授 多胎の妊娠・出産・育児を 一般の人わかりやすく解説



一般社団法人 日本多胎支援協会

『ふたごポケットブック』シリーズ

多胎についての研究者が
研究の専門性を活かして
一般にわかりやすく解説

**マイノリティ家庭も含め、誰一人取り残さず
安全・安心な育児がスタートできるサポートを！**



ご静聴
ありがとうございました

— NPO法人 ぎふ多胎ネット —