

ピア(peer)とは、仲間や同じ立場の人という意味で、多胎支援にピアサポートは欠かせません。同じ立場に立ったことがあるからこそ、できるサポートがあります

ピアサポーターになって

佐賀市 外山玲子さん

早いもので双子は4月から高校生になります。

第二子、第三子で双子を出産しました。

出産経験のある私は、なんとかなるかと思わず不安より楽しみが大きかったような記憶があります。

ただ、お腹にいるときと出産してからは思ったよりも大変で、猫の手も借りたいとはこういうことかと思っていました。

そんな時、中村さんから誘われてグリーンピースに参加するようになって、同じ悩みや喜びを分かりあえるたくさんの仲間ができ、とても心強かったです。

双子の下に2人出産をして、5人の母になりましたが、親が笑顔で元気なことが子どもにとって大切だなと実感しています。

多胎妊娠、出産、育児を経験した私が、少しでもママやお子さんが笑顔で過ごせるように何かできることをやりたいと思っています！



ピアサポートを受けて

鹿島市 時任恵里子さん

我が家の三つ子が3歳半健診のときにお手伝いをしていただきました。これまで健診のある日は会場に連れていくだけですでに汗だく。子どもたちが自分で歩くようになり、少しは楽になるかと思いきや、会場を走り回ったり長い待ち時間で兄弟喧嘩を始めたりと、毎回なかなか大変でした。

今回はピアサポーターさん2人が来てくださり、大人の手はいつもの3倍で受付の時点から全てがスムーズに。待ち時間もそれぞれ子どもたちのお相手をしていただき、これまでは「早く終わらせたい！」と子どもが気になって集中できなかった面談の時間も、じっくりリラックスして保健師さんとお話ことができました。

大人の手が増え、物理的に助かるのはもちろんのこと、成人された双子のママでもある大先輩からたくさんの経験談を聞いたのはとても貴重な時間でした。いつか私もピアサポーターとして、何らかのかたちでこの日の恩返しができるかなと思います。

お忙しいなか同行してくださり本当にありがとうございました。



さが多胎ネットニュースレター

— 2025年5月 —



はじめに

さが多胎ネット

代表 中村 由美子



令和7年度を迎えました。みなさまにはますますご健勝のことと存じます。また日ごろから当会の活動にご理解ご協力をいただき、誠にありがとうございます。今年も無事にこのニュースレターにて、みなさまに活動のご報告ができますことを心より感謝いたします。

今回のニュースレターの特集(P3)には、佐賀県内で活動する多胎サークル「グリーンピース(佐賀市)」「ぴーなっつ(唐津市)」「えだまめクラブ(鳥栖市)」のイベントや多胎児育児講座の様子を掲載しております。

またP2には、サークルと一緒に、武雄市、伊万里市の多胎の集いの場の紹介を掲載しております。どうぞご覧いただければ幸いです。

さが多胎ネットは令和元年5月に発足し、令和2年度からは多胎支援に取り組み始めた佐賀県の補助事業を行っています。さが多胎ネットは行政、医療、福祉、地域支援者等と、当事者(ピアサポーター)が連携して多胎支援をしていき「多胎の妊娠・出産・育児の切れ目のない支援」を目指しています。それぞれの分野でつながり合い、補い合うことで、よりよい支援をしていくことができると思います。これからもみなさまの応援を力にして、多胎支援活動に邁進していく所存です。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

私たちの活動

- 交流・啓発事業
 - ・ピアサポーターが多胎の妊婦さんと情報交換します
 - ・佐賀県内の多胎児家庭の交流を図ります
 - ・当事者同士で情報交換 子育ての工夫の仕方や悩みを共有します
 - ・講演会や勉強会を行います
- 情報発信
 - ・ホームページ(さが多胎ネット: <https://sagatai.net>)
 - ・ブログ・SNSでの情報発信
 - ・ニュースレター等の発行
- 育成・支援事業
 - ・佐賀県内にて多胎児育児サークルの育成や活動を支援します
 - ・ピアサポーター育成の講座やスキルアップ研修を行います

令和6年度 活動報告

ピアサポーター養成講座(武雄市)	9月21日(土)	出張サロン	佐賀市	6月18日(火)/11月19日(火)
ピアサポータースキルアップ研修	12月15日(日)		鳥栖市	7月9日(火)/12月10日(火)
多胎妊婦と多胎児育児経験者との交流会(奇数月第3水曜日) 協力:独立行政法人国立病院機構佐賀病院	1月15日(水) 3月19日(水)		唐津市	8月18日(日)/1月18日(土)
多胎妊婦ファミリー教室(オンライン)	6月13~22日(動画配信) 6月23日(日) 交流会※中止 10月17~26日(動画配信) 10月27日(日) 交流会 2月13~22日(動画配信) 2月23日(日) 交流会		伊万里市	9月10日(火)/2月25日(火)
			武雄市	10月28日(月)/3月10日(月)
多胎児育児講座(連続講座) 鳥栖市	10月29日(火) 11月7・21・28(木)	多胎児育児講座 (佐賀市委託講座 連続全5回)		10月3・10・17・24・31日(木) フォローアップ2月27日(木)
発達障がいの勉強会	6月29日(土) 11月23日(土・祝)	多胎パパの交流会		12月8日(日)
健診ピアサポート	計5回	ピアサポーター勉強会		2月1日(土)・2日(日)
多胎家庭訪問(保健師に同行)	計6回	サークル・集いの場支援		随時開催
		スタッフ会議		計2回
		通信・ニュースレター発行		年4回

問い合わせ

さが多胎ネット

◆代表 中村 由美子

◆所在地 〒840-8550

佐賀市本庄町大字本庄 1313 番地

佐賀女子短期大学内

◆携帯 090-8626-2535

◆メール sagatatainet@gmail.com



HP



Instagram



X



Facebook





双子・三つ子サークル グリンピース



毎月2回、佐賀市のほほえみ館で開催。おしゃべり会や季節ごとの行事の他、サロンの先生による親子ふれあい遊びなどを行っています。

双子・三つ子サークル えだまめクラブ



毎月1回、鳥栖市児童センター内で開催。多胎児ならではの子育ての工夫などの情報交換や、お譲り会などを行っています。

武雄市多胎児子育てサロン



武雄市子育て総合支援センターで随時開催。先輩ママやプレママの参加もあり、楽しいおしゃべりの中で安心感や連帯感が生まれています。

- 双子・三つ子サークル グリンピース ○●
佐賀市こども健康課 TEL：0952-40-7282
- 双子・三つ子サークル えだまめクラブ ○●
鳥栖市児童センター TEL：0942-85-3616
- 伊万里市子育て支援センターぽっぽ そらまめ広場 ○●
伊万里市子育て支援センター TEL：0955-23-5197
- 武雄市多胎児子育てサロン ○●
武雄市子育て総合支援センター TEL：0954-36-3700
- 唐津多胎児サークル ぴーなっつ ○●
NPO 法人唐津市子育て支援情報センター
TEL：0955-72-2288

伊万里市子育て支援センターぽっぽ そらまめ広場



伊万里市子育て支援センターぽっぽで開催。いつも温かい雰囲気の中で行われています。
※双子・三つ子サークルそらまめは休止していますので、そらまめ広場をご利用ください。

唐津多胎児サークル ぴーなっつ



りんく4階交流室にてぴーなっつ交流会を開催しています！参加者同士悩みを相談したり、情報交換をしております！お気軽にご参加ください。
詳しい日時などはInstagramに掲載しております。

～こんなイベントやってみました！～

【双子・三つ子サークルグリンピース】

★「20周年グリンピース祭り」★

2004年に自主サークルとして発足した「双子・三つ子サークルグリンピース」は20年を迎えることができました。そこで12/8(日)「20周年グリンピース祭り」が佐賀市ほほえみ館で開催されました。家族数約40家族、延べ人数120人を超えた賑やかな祭りとなりました。

●遊び場

佐賀女子短期大学の学生さんがいろいろな遊びを用意してくれた、遊び場からスタート。学生さんや抱っこボランティアさんが子どもたちと一緒に遊んでくれて、ママたちは一緒に見守りながら、おしゃべりを楽しみました。初めて会うママさんや久しぶりに会うママさん、多胎児のママということで親近感があります。

●パパの座談会(キラキラルーム)

自己紹介とレクリエーションで打ち解けてから、グループごとに分かれて話をしました。「普段他のパパと話す機会がないので楽しかった。参考になった」との声がありました。

●さようならの会

学生さんによる手遊びや絵本を、みんなで楽しみました。最後は、全員で写真撮影をしました。



参加いただいたみなさん、2ヶ月も前から準備し、当日運営、片付けまでしてくれた学生さん、スタッフのみなさん、ありがとうございました。今後もグリンピースをよろしくお願いします。

【唐津多胎児サークル ぴーなっつ】

4月27日(土)、テレビリポーターでおなじみの、ボビーさんのBBQ施設でぴーなっつ春の交流会を開催しました。

唐津だけでなく、武雄などからも参加してくれました～！

みんな同じ多胎児育児仲間でワイワイお話ししたり、美味しいお肉やおにぎりを食べたりとても楽しい時間でした。

今年度も楽しい企画を予定していますので、是非参加してください～！



【双子・三つ子サークルえだまめクラブ】

令和6年度は、念願叶って多胎育児連続講座が、鳥栖市で開催されました。

鳥栖市内にお住まいの多胎妊婦さん、現在多胎育児をされているママさん合わせて9人の多胎ママが参加されました。初対面の方も多く、初めは少し緊張している様子でしたが、みんなで自己紹介ゲームを楽しもうちに、徐々に笑顔になって和やかな雰囲気になっていきました。

妊婦さんから、上は年長さんまでの多胎ならではの悩みはさまざまですが、共通する事は「多胎」である事！それぞれに聞いてみたい事や、教えてもらいたい事などを出し合って、みんなで意見交換をしました。子どもたちは託児を利用したので、ママたちはゆっくり話ができて、とても貴重な時間になりました。

少子化ですが、鳥栖市では毎年数組の多胎児が誕生しています。インターネットが盛んな時代に、様々な情報が飛び交い、なかなか直接人と人が交流を持てる機会が減っているような気がしますが、この様な形で同じ境遇の多胎家族が出会えて、繋がりが持てた事は素晴らしい事です。

この講座開催にあたり、ご協力下さった県や鳥栖市の行政、さが多胎ネットのスタッフのみなさんに感謝の気持ちで一杯です。

