

一度にたくさんの子育て。大変だけれど、成長の喜びは何倍も。

多胎児*家庭支援の必要性に社会の目が向き始めた

—2年から杉並区で多胎児家庭支援事業がスタートしました。40年前に五つ子を出産した田中さんは、どんな思いでいらっしゃいますか？

多胎児家庭への支援の必要性が社会の中でようやく認識されてきたのだと思います。当事者だった私にとっては待ち望んでいた支援です。まずは何より日常の負担を軽減できるような支援が急務。それから経済的な支援も必要です、できるだけ早い段階から、つまり出産前から継続して相談できるシステムを作ることが大事です。

*多胎児=双子や三つ子など

一切れ目ない支援を届けるためのポイントは何か？

これまでさまざまな支援の形を見てきましたが、重要なのは行政が関わること。保健センターのような専門職の方がいる機関が関わっていくことが、サポートを継続していく鍵になるのではないのでしょうか。保健師さんたちのようなプロフェッショナルがいてくれて、「ここに行けば安心できる」と思える場所が常に存在することが大切です。以前から杉並区には「子育て応援券」という子育て支援サービスがあります。多胎児家庭支援事業でも当事者の声を理解した、充実した支援に取り組んでいただけるのではと期待しています。

ミルクもおむつも5人分。目まぐるしい子育て

—田中さんが出産・育児をした頃はどのような子育て環境でしたか？

私の時代には、多胎児に対する行政の支援というのはほとんどなかったように思います。もしあったとしても簡単には情報が届かない時代でした。25歳で結婚したもののなかなか子どもを授からず、長く不妊治療を続けて授かった命。双子の可能性は高いとあらかじめ聞いていましたが、まさか五つ子とは想像もしませんでした。検診でお医者様が超音波で確認しながら「双子かな？ あれ？ やっぱ三つ子だ」「いや、4人いるな。大変だ5人だよ、心臓が5つあるよ…！」と慌て始めて。それを聞いた私も頭が真っ白になりました。当時は医療も今と違いましたから、0か5か、つまり全員産むか一切産まないかという決断を迫られました。「せっかくここまで頑張ってきたのだから0より5を選ぼうよ」という夫の言葉に背中を押されて、五つ子を出産する決心をしました。



▲生後1カ月。未熟児で生まれた五つ子



▲子どもたちに囲まれて

—赤ちゃんが5人。どのように生活をやりくりしていたのでしょうか。

それぞれに3時間おきにミルクを、それも発育に差があったので各自に異なる量を与えなければなりません。おむつ替えも5人分、お風呂も5人分、哺乳瓶は1回に25本を煮沸します。昼間は両親や姉、親戚、友人などお願いできるあらゆる人に手伝いに来てもらいましたが、夜は夫と二人体制です。とはいえ、夫は日中仕事をしているので夜通しの世話は難しいですから、夜中のミルクは私一人で、両手両足、枕まで駆使して哺乳瓶を支え、5人に飲ませていました。5人のうちの1人は昼夜逆転していたので私



もほとんど眠れませんでした。半年間はパジャマに着替える余裕もなく、5人を円状に寝かせてその真ん中に座ってウトウトする程度でした。睡眠不足は本当につらかったですね。

その後、子どもが9カ月になったころ、それまで住んでいた新宿区の実家から杉並区へ引越越し、住み込みの家政婦さんを雇い始めました。費用は大きな負担でしたが、五つ子を抱えては掃除も洗濯もとてもできませんでした。

—当時を振り返り、どんな支えがあればより助かったと感じますか？

多胎育児はとにかく「手が掛かる」の一言に尽きます。乳児期はもちろんですが、月齢が大きくなれば、また違った形で手が掛かってきます。歩くようになれば目が離せませんので、外出も一苦労です。わが家は5人なので私一人では外出できず、夫がいる週末だけ3人乗りベビーカーを2台使って公園へ行っていました。私も多くの場面でご近所さんやママ友に助けってもらいましたが、多胎育児は人の目、人の手が一つでも増えればとても救われるんです。

五つ子育児の経験者として伝えたいこと

—田中さんは多胎児家庭を支援する活動も長く続けていますね。

区が主催する「双子のつどい」(現「多胎児のつどい」)に20年ほど支援者として参加しています。やはり多胎ならではの悩みや苦勞は、当事者でないとなかなか分からないものです。そういった部分をほかのお母さんと共感し、励まし合い、仲間をつくる貴重な場になっているのではないのでしょうか。今日も(多胎児のつどいに)いらしていましたが、妊婦さんも来るんですよ。先輩たちの多胎育児を目の当たりにすることで、先のことを想像する良い機会になります。「赤ちゃんって泣くんだ！」なんて素直な感想が出たりして、見ていてほほほましいです。

—支援者として大切にしているのはどんなことですか？

専門家ではなく同じ経験をした者として、丁寧に話を聞くこと。プラスに考えていけるような、勇気を与えられるような声掛けを心掛けています。そして、心配な様子のお母さんはきちんと保健師さんにつなぎます。でも、つどいに来てくれる家庭はまだ少し安心で…外出が大変な分、家で孤独に悩んでいるお母さんもいることを想像すると、一人でも多くの方に来てほしいなと強く思います。

—多胎児を育てる中で心掛けていたことはありますか？

違いを認めよう、ということでしょうか。5人を同じように育てなくちゃと思いついていた時もありましたが、同時に生まれても、子どもは当然一人一人違う人間で、個性もそれぞれです。つい成長過程を比べてしまうのですが、子どもの「違い」が苦しいものになってしまうとお母さんもお父さんもしんどくなります。これでいいんだ、違いこそ多胎育児の楽しさなのだと思います。きっと気持ちが軽くなるはずですよ。

—最後に、子育てを頑張っている皆さんにメッセージをお願いします。

大変なことはたくさんあるけれど、自身の子育てを振り返ると、子どもたちの笑顔に何度も救われたと感じます。五つ子を育てることは、成長を見守る喜びも5倍だったのだと改めて思います。多胎児家庭はもちろん、どんな子育てにも言えることですが、助けてほしい時は「助けて」と言っていいます。完璧な子育てを求めずに、「ほどほどの子育て」を思い切り楽しんでほしい。愛情をたっぷり注いであげれば、子どもたちの自立心もしっかり育っていくはずですよ。



田中奈那子

プロフィール：田中奈那子(たなか・ななこ) 東京都新宿区出身。昭和56年に東京では初となる五つ子(3男2女)を出産し、子どもが生後9カ月の時に杉並区へ転入。子育て期には学校のPTA会長、青少年委員なども務めた。さまざまな地域活動に貢献しながら、保健センターの職員に誘われ20年前から始めた「双子のつどい(現「多胎児のつどい」)」での支援活動も継続中。現在は6人の孫の祖母であり、娘家族と同居しながら孫育ても楽しんでいる。

多胎児家庭の子育てを応援します！

多胎児家庭支援事業

区では、多胎児家庭が安心して子育てができるよう、「多胎児家庭支援事業」として妊娠中から切れ目ない支援を行っています。事業の詳細等については、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



多胎児家庭家事・育児支援ヘルパー事業

ヘルパーが訪問し、日常の家事・育児等を支援するサービスです。
☑️区内在住で多胎妊婦および3歳未満の多胎児を養育中の保護者(出産後、退院した翌日から)

さくらんぼ面接・タクシー利用券交付事業

保健師による「さくらんぼ面接」を受けた方に、区が実施する母子保健事業や「多胎児のつどい」等を利用する際に使用できるタクシー利用券を交付します。

☑️区内在住で3歳未満の多胎児を同一世帯で養育中の保護者
…… いずれも ……
☉子ども家庭部管理課地域子育て支援係

多胎児のつどい(交流会・相談)

多胎児経験者等との交流や専門職への相談ができる場として「多胎児のつどい」を実施しています。
☑️区内在住の多胎妊婦と多胎児家庭等 ☑️各保健センター(荻窪☎333-91-0015/高井戸☎3334-4304/高円寺☎3311-0116/上井草☎3394-1212/和泉☎3313-9331)

YouTubeで配信中!



すぎなみビット「田中奈那子さん」のインタビューが動画でも楽しめます。右2次元コードからご覧いただけます。



杉並区公式チャンネル

広報 すぎなみ

Suginami

みんなで支えていく多胎児の子育て。

40年前の昭和56年、東京で初めてとなる五つ子を出産した田中さん。周囲の助けを得ながら5人の子どもを育てた経験を生かし、多胎児家庭への支援を長く続けてきました。今、そうした活動の必要性は社会で広く認識され、区でも昨年から多胎児家庭支援事業が始まっています。多胎育児の経験者であり、長年多くの家族を支えてきた田中さんにお話を伺いました。

特集



すぎなみピト

田中奈那子

五つ子ちゃんの母



「成人祝賀のつどい」を開催しました

コロナ禍における今ほど若者世代の行動が社会に影響力を持つ時はなく、新成人の皆さんがその自覚を持ち、今後の行動に反映してくれることが一番大きな力になります。どのような規制や罰則よりもそれが現状の根本的改善につながると思い、去る1月11日、杉並公会堂で「成人祝賀のつどい」を開催し、私は式典の場で新成人へ直接、以下のように呼び掛けました。



杉並区長 田中 良

〈式典当日の区長あいさつ（要旨）〉

新成人の皆さんが、本日、成人式という人生の大きな節目を迎えられたことに心よりお祝い申し上げます。

節目にあたり、私から「背負うべき責任」についてお話します。成人になれば、それまで親がかぶってくれた責任も、社会人として自分が取らなければならない。当たり前のことですが、これに加えて皆さんはもう一つ、「世代の責任」というものを背負っています。社会にはさまざまな課題があり、解決に向けて取り組まなければいけません。そんな時、私は考えます。自分たちの世代で解決すべきことをサボれば、次世代にツケを回すことになる、と。時間がかかる課題でも、「どうせ自分たちの時代では完結しないのだから」ではなく、「自分たちの時代にどこまでやり遂げてバトンタッチするか」を自問します。皆さんには世代の責任とは何かを考え、そこから逃げない、目をそらさない、人間になってほしいと思います。

さて、杉並区では、コロナ禍での開催を前提に何カ月も前から感染防止対策を考慮し、今日、万全の体制で皆さんをお迎えしています。しかし、予定どおり開催すると表明していた区長の中で、新成人の皆さんに約束を果たせたのは私一人だけになってしまいました。中止・延期すべきという主張の根底には、

成人式の後に若く元気な皆さんが酒盛りをすればクラスターが起きる、それならいっそのこと成人式をやめてしまえ、という考えがあるのだと思います。一般論としては、私も理解はしています。でも私には、新成人の皆さんに酒宴をやめてくれと呼び掛けても、どうせ聞きやしないという、不信感ありきの考え方に思えるのです。私は新成人の門出だからこそ、あなたたちを信頼したい、信頼のスタートとしたいと考えました。そしてその上に立って、ぜひとも式典後は自制心を持って行動するよう約束してほしい。酒盛りは控えて家に帰ってください。そして、今日まで育ててくれたご両親に、感謝の気持ちを込めて「ありがとう」と言ってあげてください。事情があつてご両親がいない方にも、今日まであなたを見守り、支えてくれた人がいるはず。直接会えないならば電話、あるいは手紙を書いてあげてください。それは同時に、成人として地域社会の一員となった皆さんが世代の責任を果たそうとする、ささやかではあるが誇らしい姿を示すことでもあるのです。そしてさらには、皆さんとの約束を守った杉並区、杉並区民に報いてくれることでもあるのです。

結びに、これからの皆さんのご健勝とご多幸を祈念し、私からのお祝いの言葉とさせていただきます。本日は、誠にありがとうございます。