



そろそろ梅雨明けが近づいてきましたね♪ はやくジメジメ季節から解放されたいですね(#^_^#)～
カラッと晴れて貰いたいですね～

～梅雨の季節の悩み (*_*; ～



多胎児育児だけでなく、子育て中は梅雨の時期は悩みは尽きないですね～

★洗濯物が乾かない・・・

宮崎は日照時間が長いですが、さすがにこの季節はどうしようもありませんね(*▽*)
乾燥機のある方は活用してと思いますが、
我が家は縁側に除湿器を置いて洗濯モードで乾かすか、コインランドリーに行って乾燥
していました。特に保育の着換えや運動会季節の体操服の洗濯乾燥(^ω^)...
子どもが小さい頃は夜、パパが帰宅後にコインランドリーにこの季節は何度も通いました！

★子どもたちと家の中での過ごし方・・・

外遊びをしていると双子たちは砂遊びや三輪車などをして、工夫楽しく過ごしてくれました(*^^)v
その間に洗濯ものを干したりなどの家事をしたりしました～
しかし、雨が續くと・・・双子はおもちゃで遊んだり、アニメや子ども番組に子どものお守りしてもらい
その間に家事をしたりするのですが、子どもたちも飽きてしまって、喧嘩をしだすし
こちらイライラなんてことが多々ありました(^_^;) ですが母も色々考えて... \(\^o^\)/
ネットや育児本を活用して、工作や粘土遊び、新聞紙遊び、お店屋さんごっこなどをして
いっしょに色々遊びました！その中でも遊びではなく洗濯畳んだり
簡単なおかしや料理づくりをするなどのお手伝いが嬉しそうでした。
それぞれ準備は大変ですし、長続きしなし時もありましたが、ふたごあるあるで、2人で競い合って
協力しあって楽しんでいました(*^^)v 遊びやお手伝いを通して成長する姿に
母は微笑んだのでした～(*^▽^*)
みなさんもおやこの森の「ふたごちゃん、みつごちゃんの会」に参加して、
いろいろなアイデアを教えてくださいね！！



ふたごのママ なおこでした(^)/~~~~

★ふたごちゃんみつごちゃんの会

ふたごちゃんみつごちゃん会は月に2回になっております。
1回目 第二月曜日 **2回目** 月末の平日 **時間** 10:30～12:30
無料の託児がありますので、安心してご参加ください。妊娠中
の方、奮闘中の多胎児ママ、みんなで知恵を振り絞っての
]意見交換、情報提供を活発に実施中です♪ 妊娠中の方、
お父さん、おばあちゃん誰でも参加OKです！また「ふたご
ちゃんみつごちゃん会」ではベビー服やベビー用品のリサイクル
を無料で行っています。不要になった物などあれば持ってきて
下さいね！持参するのが大変なときは、おやこの森に相談して
下さい♪

★多胎妊産婦等支援事業

おやこの森では三つ子のお母さんである職員を中心に22
年前から多胎児のお母さんに対しての子育て相談や子育て
支援を行って来ました。また『ふたごちゃんみつごちゃん
会』の活動を通して多胎児のお母さんたちの憩いの場所と
して代々受け継がれています。また、2021年度より延岡市
の委託事業として『多胎妊産婦等支援事業』がスタートし
ました。双子の会のサポーターさんが乳幼児健診時の付き
添いや妊娠中や産後に市の保健師に同行して多胎児の悩み
や相談ができるようになりました。こちらも気軽におやこ
の森にお問合せ下さい♡

