



多胎児交流会のご案内



沖縄市では、ふたごちゃん・みつごちゃんを妊娠・子育て中の皆さんが集まる交流会を開催しています。

同じ立場だからこそわかる、“多胎育児ならではの大変さや喜び”を、ともに分かち合いませんか。

多胎育児経験者の助産師さんをお迎え、ざっくばらんに交流しましょう♪

妊婦さんも、ご家族も、ぜひお気軽にご参加下さい😊

交流会の日程・お申し込みについて

日時： ①令和7年 6月16日(月) } AM 10時～12時
 ②令和7年10月 4日(土) } (受付9:30～)
 ③令和8年 2月 9日(月)

申込期間： ①6月6日(金)～6月14日(土)
 ②9月26日(金)～10月3日(金)
 ③1月30日(金)～2月7日(土)

場所： 沖縄県助産師会 母子未来センター
 (住所 沖縄市中央4-15-12) ※下記地図参照

対象： ◎沖縄市に住所のある多胎妊婦さん
 ◎1歳6か月までの多胎のお子さんと保護者さん

定員： 5組程度※要予約 *パパママのみの参加も可*

申込： 母子未来センターへお電話にてお申込み下さい
 TEL 098-938-1103 (月～土 9時～18時)

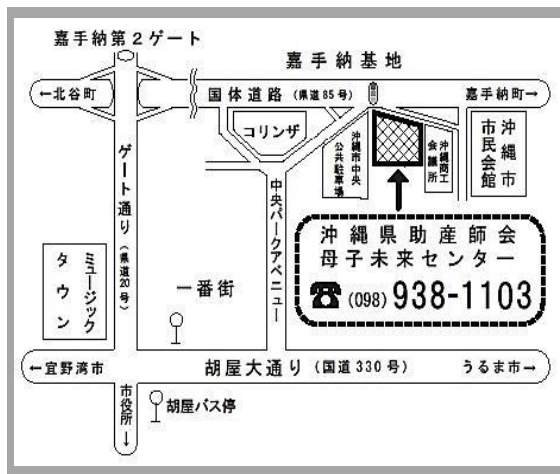
どのようなことをしているの？

- ①多胎妊娠・育児についての情報交換
 「寝かしつけや同時に泣いたときみんなどう対応してるの？」
 「こどもを2人連れての外出はどうしてる？コツはある？」
 などなど、多胎育児ならではの不安やお悩みを減らせるかも！
 - ②プチ製作🎨
 お子さんの足形をとって成長の記録を残しませんか。
 - ③ベビーマッサージなど
 スキンシップを通じて親子でリラックス(ー`)
- ※上記は一例です。会の内容は変更になることもございます。

当日の持ちもの

- ①おでかけセット (おむつ、ミルク等)
 ※ミルク調乳用のお湯もご用意します。
- ②タオルやおくるみ ③母子手帳 ④質問シート

📍 母子未来センターはこちら 📍



🚗 お車で越しの方は、母子未来センター隣接の
 沖縄市中央公共駐車場(無料)をご利用下さい

交流会当日のお出かけ準備、移動のお手伝いいたします ～～多胎育児支援員派遣事業のご案内～～

「多胎育児支援員派遣事業」を活用して、
 外出前のお世話(授乳・離乳食の補助/お着替え/車の乗り降り)や、
 会場での補助、帰宅まで支援員がお手伝いをすることが出来ます。
 外出前後の忙しい時間帯に、どうぞサポートをご活用ください。

※申請がまだの方は
 こども相談・健康課までご連絡を！！

お読みください

- 医師からの注意や制限(運動、服薬、その他疾患等)を受けている妊婦さんやお子さんは主治医とご相談の上ご参加下さい。
- 予防接種後24時間以内は参加をご遠慮下さい。
- 発熱や体調不良(咳、頭痛、喉の痛み、だるさ等)のある方は無理をせず参加を見合わせて下さい。
- 台風接近等荒天が予測される場合や感染症等流行時は、安全面を考慮し教室を延期または中止とする場合があります。その場合は開催の有無を市ホームページに掲載致しますのでご確認ください。ホームページで確認できない場合は、母子未来センターへお問い合わせください。



《事業に関するお問い合わせ》 沖縄市役所 こども相談・健康課 母子保健係 ☎(098)-939-1252
 ※交流会への参加申し込みは母子未来センターへ！