

# ふたご・みつごちゃんあつまれ!

家族がつながる、地域とつながる、仲間とつながる。



## 第2回

# つながるフェス

ふたご・みつご and more

in さがまち

## 2022年 7月 10日(日) 10:30 ~ 15:30

開場 10:15

### 会場 ユニコムプラザさがみはら

(小田急線 相模大野駅 徒歩3分)

### 参加無料

つながるフェスは、多胎妊娠・多胎育児中の  
パパママ応援&交流イベントです。  
多胎育児に役立つ情報や、コト・モノを一堂に集めた  
多胎育児の祭典です。



### 助産師、保健師、栄養士、 多胎育児の先輩パパ&ママと 0才、1才多胎育児座談会



#### 講演

### 「自分の心を置いてきぼりにしない子育て」

NPO法人つなげる代表理事、社会福祉士、  
株式会社ふたごじてんしゃ代表取締役、  
日本多胎支援協会理事  
中原 美智子 氏



### ふたごちゃん、みつごちゃんを 初めて出産される方向け 多胎プレファミリー講座



### 絵本カフェ・チョコリラ



### 親子で遊ぼう! リトミック



### ふたご・みつごママ演奏家による 多胎ファミリーコンサート



### 妊婦体験

### 来場者プレゼント



### ふたごの フリーマーケット



### 多胎育児用品の展示

- ・ふたごじてんしゃ
- ・ふたご抱っこひも
- ・二人乗りベビーカー (タテ型・ヨコ型)
- ・授乳クッション など

ご希望される方へ差し上げます



### 明治ほほえみ らくらくミルク らくらくキューブ

※なくなり次第終了となります

主催 つながるフェス実行委員会  
(町田市多胎児の会ひよこまめ、相模大野ツインズクラブ)

お申込み・詳細は公式HPから

つながるフェス 検索



協賛

NPO法人つなげる

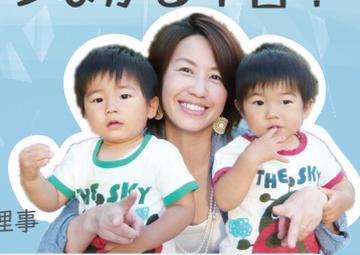


株式会社日本育児 おやすみたまご本舗

# つながるフェスは、ふたご・みつごファミリーを笑顔にする多胎育児の祭典！ 見て、聴いて、体験して！家族、地域、仲間や情報とつながる1日！

## 講演「自分の心を置いてきぼりにしない子育て」

10:40 ~ 11:20  
セミナールーム



### スピーカー 中原 美智子 氏

NPO 法人つなげる代表理事、社会福祉士、  
株式会社ふたごじてんしゃ代表取締役、日本多胎支援協会理事

いいお母さんでいよう、ちゃんと子育てしなきゃ、そんなイメージに縛られていませんか？  
同時に二人以上を生み育てる多胎育児は楽ではありません。だからこそ、自分の心を大切にしてほしい。  
双子を含む3人の母でもあり、多胎育児の支援活動をしている中原さんが正解のない子育てについてお話しします。

### 多胎プレファミリー講座

10:30 ~ 12:00  
ミーティングルーム4



ふたごちゃん、みつごちゃんを初めて出産される妊婦さんとパートナーさんを対象にした講座です。妊娠中の過ごし方や多胎育児の準備・心構えなどをお話します。  
外出や移動がご心配の方はオンライン参加をお勧めします。

事前申込制、定員8組、オンライン定員10組 協力：北里大学病院、北里大学看護学部

### 0才、1才多胎育児 座談会

13:30 ~ 14:30  
ミーティングルーム4



出産前にいろいろ調べて多胎育児について勉強したけれど、産後いざ育児をしてみると、  
こういうときどうするの？これでいいのかな？とリアルな疑問や不安が生まれてきます。  
おしゃべりしながら知恵や工夫を共有しませんか？助産師、保健師、栄養士、多胎育児の  
先輩パパ&ママも参加します。質問や相談もできます。事前申込制、定員5組

### 妊婦体験 ママになってみよう！

ミーティングルーム5



大きいお腹で歩くとどんな感じ？大きいお腹で生活するってどんな感じ？  
体験してみるとママの気持ちがわかるかも。プレパパさんも、パパさんも  
是非一度体験してみませんか。協力：北里大学病院、北里大学看護学部

### ふたごのフリーマーケット

出店者募集！20組まで  
ロビー・通路



お揃いの服や靴、おもちゃなどが出品されます。  
出店者はふたごちゃんのパパさんママさんです。多胎ならではの育児  
あるある話など、お買い物しながら、おしゃべりも楽しみましょう。

### 多胎の育児用品の展示

マルチスペース

ふたご抱っこひも

店頭に並ぶことが少ない  
多胎育児用品を展示します。  
見て、触って、試してみてください！



ふたごじてんしゃ



おやすみたまごプラス



DUO シティ HOPII

エアバギー  
ココダブル

ママ代行ミルク屋さん

### ふたご・みつごママ演奏家による 多胎ファミリーコンサート

14:40 ~ 15:20  
セミナールーム

外出が難しい多胎ファミリー向けに、  
ふたご・みつごママ演奏家を中心となり  
毎月オンラインで本格的な親子コンサート  
を開催している「多胎ファミリーコンサート」が  
つながるフェスに登場です！歌って踊って楽しみましょう！



### 夏を楽しむ！つながる親子リトミック♪

1回目 11:40 ~ 12:10 セミナールーム  
2回目 14:00 ~ 14:30

『見て、聞いて、触れて、動く！』  
子どもたちの五感をフルに使うって感性を  
豊かに育てるリトミック。リズム遊びや、  
楽器遊び、表現活動などなど・  
夏の風物詩をテーマに生演奏の音楽を全身で感じながら、  
親子で一緒に楽しい時間を過ごしましょう。



### 絵本カフェ・チョコリラ

10:40 ~ 14:30  
実習室1

絵本がいっぱい大集合！親子で絵本を楽しみ  
ませんか？「チョコリラ」その名の由来は  
「ちよこっとリラックス」。親子でゆっくりと  
した穏やかなひとときを過ごしてほしいとの  
想いが込められています。ユニコムプラザさがみはらの  
まちづくりモデル事業認定「絵本カフェ・チョコリラ」は、  
未就園児とママが対象の絵本の読み聞かせグループです。



会場内6か所  
様々な催しを開催！

お申込み・詳細は公式HPから

<https://tsunagarufes.jimdofree.com/>

【お願い】新型コロナウイルス感染症の影響により、開催中止や延期、開催内容の変更が生じる可能性場合がございます。  
ホームページ、SNSで最新情報をご確認の上、ご来場いただきますようお願い申し上げます。

