



多胎児とかかわる すべての人に
知って欲しいエチケット

ふたごマナー

多胎児(たたいじ)＝双子や三つ子以上の一度の出産で生まれた複数の子の総称

「双子はそっくり。以心伝心していて常に一緒にいる」というイメージが社会的に根強く浸透しています。この先入観が「双子依存症」に代表される、多胎児ならではの生きづらさに繋がっています。実際は、当然ながらそれぞれ1人の尊重すべき個性をもった人間です。多胎児とかかわる時に意識してほしいエチケット＝「ふたごマナー」をご理解ください。

よくある誤解

- 双子(多胎児)は同じように感じる
- 双子(多胎児)は常に一緒にいて1人で行動することはない
- 双子(多胎児)はそっくり

よくない対応

- 「どっちが兄・姉？」
- 「双子なのに似てないね」
- 「もう1人がいなくて、寂しいね」
- 「大きい方 or 小さい方」

双子らしさを もとめないで

そっくりでない多胎児も多いですが「双子なのに似ていないね」といわれると本人たちは罪悪感を感じます。さらに、周りの人が多胎児をセットのように扱っていると、本人たちも「そろって一人前」のように感じてしまいます。

どちらが兄？ 姉なの？ 子どもは優劣を つけられている と感じます

比べられることに人一倍敏感です。「比べられている」と感じる表現は控えて下さい。「どちらが兄・姉なの？」等、質問者に悪気がなくとも本人たちは優劣をつけられていると感じます。「あなたは背が低いね」といきなり声をかける人はいないと思いますが、多胎児だと双方を見比べ「あなたは背が低いんだね」と簡単に言えてしまうこともあります。単胎(1人で)産まれた子と同じようにかかわってください。

こんな言葉が嬉しい！

どう見分けたらいい？ 見分けがつかなくても「それぞれ別の人間として見てくれている」と感じるかかわり方が嬉しいです。

1人になるのも大変だよね、楽しんで！ 多胎児に「一人の時間」があるのは素晴らしいことですが、簡単ではありません。1人の時間を作った労をねぎらい、前向きな言葉をかけてください。

ふたご・多胎児である子どもたちには周りの理解と温かい支援が必要です。みなさまのご理解をよろしくお願い致します。

【出展】多胎育児専門メディア「多胎ママ」- <https://tatai.mom>