



手足之情 是给孩子最好的礼物

讲述人：小森(化名)，33岁
三孩：大女儿(6岁半)、二女儿(4岁)、小儿子(1岁多)

老三是在计划外出现的。综合考虑身体状况、经济情况、事业发展等多方面因素后，我和丈夫一致决定，留住这个上天给的“惊喜”。

丈夫在国企上班，我自己则经营着一家小店。由于老人家远在北方老家，孩子多是我带。老三的到来，让我再次体验到了什么是“分身乏术”“手忙脚乱”。最怕就是孩子生病，一天到晚围着孩子转，什么都干不了。后来，我和丈夫就请了个保姆。

以前，我们每月花在两个孩子身上的钱有七八千元，老三出生后，花销直接翻倍，去到了2万左右。保姆工资、尿布奶粉、兴趣班……掐指一算，处处都是花销。不过，这也让我们对工作有了更大的动力。我现在在根本不敢躺平，恨不得早上6点就起床工作。

带娃很累，偶尔也会崩溃，但我是情绪来得快去得也快的人，很多时候，睡一觉或者哭一场，第二天，心情就好了。毕竟，孩子对于我来说是最重要的。我喜欢被依赖、被需要的感觉，喜欢家里热热闹闹的，喜欢孩子们的欢声笑语。有时候出差或者孩子外出了，我反而不会不习惯。

老三很暖心。当我们工作一天回到家时，她会主动帮忙捶背，总是很自然地表白：“妈妈，我非常爱你。”她还说长大后也要努力工作，赚钱给我买我爱吃的，是我们家的贴心小棉袄。

老二很有爱。跟着我在店里时，她会默默观察我的工作状态，忙碌时会主动帮忙，是我的小帮手。老二还经常夸我穿裙子好看，说长大后要给我

我买好多裙子。

老三很黏人。他喜欢跟两个姐姐玩，姐姐放学回来，他特别兴奋，叫姐姐叫得很大声。晚上睡觉前，他们会一起坐着看电视或一起躺着听故事。

看着三个孩子一天天健康成长，幸福感满满。手足之情是孩子最好的礼物，缺失了就是人生一大遗憾。希望他们三个长大后能互相帮助，毕竟兄弟姐妹是比父母陪伴更长久的亲人。

孩子给予父母的爱 远比想象中更纯粹

讲述人：小清(化名)，35岁
三孩：大女儿(9岁)、二女儿(6岁)、小儿子(7个月)

34岁那年，我第三次成了妈妈。

面对“生与不生”这道“孕”考题，我也曾深刻思考过。但先生对家庭的付出，让我有了底气。

先生是厂房开发商，家庭经济还算宽裕，最重要的是他对我和孩子都很耐心，给我安全感。为了减少我的工作量，他还特意请了一个钟点工阿姨，每天上午来帮忙收拾家，让我可以安心地照顾小儿子。

3个孩子的小名，都与“木”相关。大女儿叫阿橙，寄托着健康。二女儿叫阿桔，寓意为幸运。小儿子叫阿柑，代表着财富。

照顾3个孩子，小到上学接送，大到教育培养，都需要花费时间和心思。好在除了钟点工外，孩子的奶奶和姑妈，也参与“带娃工程”，而孩子们的接送任务，则由先生承担。我的重心则在小儿子身上，毕竟，他才7个月大。

目前3个孩子每月的开销大约2.5万元。支出的大头在兴趣班，阿橙学画画、钢琴、编程和英语，阿桔学钢琴、英语、画画和科学实验，每人每周约花费1千元。等阿柑长到学龄年纪，花销还会持续增加。不过，只要孩子们喜欢，我们就一直支持下去。

三宝的到来，不是简单的“4+1”，每个人都在发生微妙的变化。

自弟弟出生后，阿橙每天醒来第一件事，就是抱抱弟弟，送上一句早

安。她开始有了姐姐的身份认知，从一味依赖变成弟弟的依靠，变成了家里的小帮手。

而6岁的阿桔，正值渴望陪伴、热衷提问的年龄。有时忙着照顾三宝，难免会忽略她，还会怪她“做姐姐了还不懂事”，但她从来不会抱怨，还主动陪伴照顾弟弟，让我和先生有更多时间休息。我们朝她发泄情绪，她却用爱回馈我们。孩子给予父母的爱，远比我们想象中更纯粹，所以，我和先生会时常提醒自己，每个孩子都需要同样多的陪伴和关注，这与成熟和懂事的程度无关。

每当看到三姐弟在一起玩耍的画面，我们内心的欣慰感油然而生。多年后，等他们长大了，一定会想起某个黄昏日落前，和兄弟姐妹在家里，坐在客厅听着音乐、吃着晚餐的家庭时光。我们始终相信“人丁兴旺，多子多福”这句老话。

妹妹喊。这个时候，我都会想起小时候在村子里的经历，那种黄昏乡村特有的氛围和话语让人回忆起来温暖而感慨。

有时，看到孩子们一些不经意的举动，就像看到儿时的自己。孩子们是上天赐予父母最好的礼物，他们俯仰出现让我感受到了一种前所未有的幸福和爱。就如那句“爸爸回家吃饭啦”，背后所蕴含的幸福，是你无论身处何地都能够感受到的。

我觉得，每生养一个孩子，都是大人的一次再成长。因为有了孩子，生活也变得更有奔头，也正因为被依靠、被需要，让我懂得了责任，学会了坚强，变得更努力，干劲更足，成为更好的自己。

曾有人问我，是否后悔生三娃，我想说，人生漫长，要往前看，别回头看。希望未来国家的生育政策能更加完善，解决年轻人“不想生、不敢生”的顾虑。当别人一听说有三孩不再惊讶，当三孩不再是新闻，这将会更好。

每生养一个 都是大人的一次再成长

讲述人：林江明(化名)，39岁
三孩：大女儿(8岁)、二女儿(4岁)、小儿子(6个月)

去年12月，老三出生了。那时恰是新冠病毒感染高峰期，孩子出生不久就感染住院了，狠狠地把我折腾了一番。

很多人调侃，敢生三孩的都是真勇士。但我觉得，多个小孩多点乐趣，身边不少同学也是生了三个孩子。

我是台山人，就职于事业单位，妻子是个个体户，家庭经济情况不算富裕，但还过得去。生儿育女，绝不是女性一个人的事情，是夫妻双方共同的选择和决定。三孩带来的经济压力、教育负担，在孩子出生前，我和妻子就做好了心理建设。加上家里老人愿意带娃，所以，少了不少后顾之忧。

对于养育过程中的糟心事，我很看得开，既然决定了，不管遇到什么事都要坦然接受。而且老三的到来，也给家庭带来了许多欢乐。在我的心里，有一种幸福是有人喊你回家吃饭。

傍晚时分，我会带着小儿子在楼下玩。当快煮好饭时，姐姐就会在阳台喊：“爸爸，回家吃饭啦！”虽然有时因为距离太远而没有回应，但是姐姐总会不断地喊，甚至会直接下楼去找我们。今天是姐姐喊，明天可能是

人这一生 顺其自然就好

讲述人：阿萍(化名)，36岁
三孩：大儿子(11岁)、二儿子(9岁)、小女儿(2岁)

生三孩，压力大不大？当然大，特别是我们这种普通家庭，但我和老公也没想那么多，钱多花，钱少花，量力而行。

我和丈夫在市场经营着一个水果摊，这也是我们主要的收入来源。因为家庭条件并不富裕，我们都没想过生三孩，小女儿的到來纯属意外。

生娃容易养娃难，压力也不言而喻。为了给孩子们更好的生活，我和老公从早忙到晚。每天早上7点开摊，晚上11点才收摊，一天基本都在市场里度过。以前，一年还会休息几天，现在基本365天都不休息，一心一意经营着这个小摊，日子过得火辣辣。

其实，我从谈恋爱到结婚，生孩子，没有想太多，都是走一步算一步。平时开摊忙，也没有太多时间照管孩子，都是散养式带娃。或许正是因为学会了放手，几个孩子都很独立，上幼儿园后，都能很快适应幼儿园的生活。

现在，家务活大多都被两个哥哥承包了，比如老大做饭、老二洗碗。周末，也都是两个哥哥带小的，基本不用我们操心。对于孩子们的学习，我和老公也没有太多要求，人这一生，顺其自然就好，孩子们健康快乐成长才最重要。

虽然生活自有酸甜苦辣，但也充满了许多不期而遇的“小美好”。“我

要好好学习，天天向上，我要把坏习惯改掉，做个好孩子，不给爸妈添烦恼……”前些日子，老二还写了张纸条给我和老公，上面写着他的小愿望：让爸爸妈妈过好日子。

妹妹虽然小，但是很懂事，嘴巴也甜，天天都跟我说“妈妈，我爱你”，是家里的开心果，在市场也非常招人喜欢。

相比于老二、老三的直抒胸臆，老大不善表达，但会默默去做。知道我和爸爸工作忙，中午回家后，他会帮忙做饭；知道我忙起来会忘记吃早餐，他就会经常提醒我。

这些都是微不足道的小事，但每当想起这些，我的心里都暖暖的。我觉得养育孩子最核心的，不在于要给孩子多好的物质条件，而在于满足孩子精神方面的需求，给他们提供良好的受教育环境，这才是第一位的。孩子们一天天长大，也越来越懂事了，学会了爱与被爱，这是最让我欣慰的一点。

专家声音

加快建立生育支持政策体系

一个家庭，多个孩子不只是一双筷子那么简单。孩子的性格、家里的资源、矛盾的解决都需要有一个系统的认识和调整。

国家卫生健康委员会发布的《2021年我国卫生健康事业发展统计公报》显示，2021年我国出生人口1062万人，其中二孩占比为41.4%，三孩及以上占比为14.5%。显然，相比于对全面二孩政策的响应，选择生三孩的家庭依然是少数。

此前，记者也曾围绕“三孩”生育意愿做了一个问卷调查，共收回近800份有效问卷，其中，超九成的受访者表示没有生育三孩的计划。

在不愿意生三孩的原因调查中，经济方面是最重要的考虑因素。认为小孩养育成本太高的，占85.21%；经济条件不允许的，占76.85%；房价太高的，占63.42%；担心生活质量下降的，占57.12%，影响事业发展的，占31.37%。

在希望江门出台的生育配套支持措施这一问题上，育儿补贴排第一，占78.63%；排第二的是教育方面的减负，占77.40%；排第三的是税收、住房政策支持，占75.34%；紧随其后的是落实育儿照护等假期、保障女性合法就业权益、分娩补贴、孕产妇及儿童健康服务、普惠托育等。

人口问题是“国之大者”，如何创造生育友好型社会，让人们愿意生、养得起，从而推动实现适度生育水平，优化我国人口结构？

省人大代表、江门市妇幼保健院党委副书记陈永梅建议，政府应加快建立生育支持政策体系。一是要加快推进完善0—3岁普惠性托幼服务，解决群众生育后无人带娃的困境；二是给予相应的育儿补贴、家庭补贴等，减轻育龄夫妇的经济负担；三是完善性别平等的制度体系，保障女性在就业和职业发展上的权益，提升企业落实生育保险制度的积极性；四是要重视文化建设，肯定生育的价值，加强对生育支持政策的宣传，提升群众的生育信心和生育意愿，营造生育友好型社会文化环境。

市五邑妇女海内外联谊会会长、市第十三届政协委员林蓬青则建议，加快发展托育事业，将社区托幼工作建设纳入政府公共管理和公共服务。可综合考虑城市新区建设、旧城改造等因素，盘活社区公建配套用房，统筹规划与合理布局托幼机构，通过公建民营、政府购买服务引入专业社会组织等方式，进行资源合理分配和配置，尽可能增加社区托幼点的建设。

育儿成本高使很多年轻人不敢生、不想生。五邑大学经管学院副教授赵良辉则认为，要想提高育龄夫妇的生育意愿，必须要解决他们的后顾之忧，例如提供出生后半年的保姆服务，给予补贴，或许比给假期更有效。

政策红利

多措并举，减轻多孩家庭负担

事实上，三孩政策出台后，我市也相继出台了针对多孩家庭的配套支持措施。

近年来，市卫生健康委“多管齐下”，减轻家庭生育医疗负担。

取消制约优化生育政策的政策措施，将人口、入学、入职等与个人生育情况全面脱钩；将

生育登记服务项目纳入“一门式”公共服务中心办理，推广“粤省事”网上办理，全市实现“出生一件事”一站联办，实现“生育登记”全程网办、跨省通办；深入实施母婴安全五项制度，加强危重孕产妇和新生儿救治中心建设与管理；规范婴幼儿照护服务发展，形成以日间托育为主，半天托育、弹性托育、临时托育为辅助的托育照护模式。成立市、县两级婴幼儿照护服务指导中心并建立专家库，加强托育机构监督指导。依托“南粤家政”培训平台，开展母婴护理培训。

下一步，市卫生健康委将以“一老一小”为重点，发展成本可负担、方便可及的医养结合、托育照护服务，增强抚幼养老功能；联合教育部门大力推进托幼一体化，鼓励支持有条件的幼儿园开设托班，增加普惠托位供给；加强生育政策实施效果跟踪评估，为促进江门市人口长期均衡发展贡献卫生健康力量。

此外，江门市住房公积金管理中心也印发了《关于提高购买首套自住住房的多子女家庭住房公积金贷款额度的通知》，从3月29日起，提高我市购买首套自住住房的多子女家庭住房公积金贷款额度。未来，该中心将继续落实精准购房倾斜政策，使更多子女家庭职工享受住房公积金政策优惠。

“生育配套支持措施经历了从几乎没有到有的过程，本身就具有积极意义。”有专家表示，相关举措的力度和作用是在逐渐增加和显现的，让更多人感受到生育成本减轻进而改变生育意愿，不能一蹴而就，而是一个循序渐进的过程。

小贴士

高龄孕产妇要定期产检

近日，记者从江门市中心医院、江门市五邑中医院、江门市人民医院等多家医院获悉，近三年，高龄孕产妇(>35岁)占比呈逐年上升趋势，其中，三孩高龄孕产妇更是高龄孕产妇中的主力军。

江门市中心医院产科主任张群说，如果有生育孩子计划的，尽量选择最佳生育年龄，高龄孕产妇由于身体器官功能减退及妇科慢性疾病增多，其妊娠风险远大于适龄产妇产。

要宝宝前，建议夫妻双方做好各方面的准备，规律睡眠、均衡营养，如有疾病及时治疗。男性要减少不必要的烟酒，女性要在怀孕前3—6个月补充叶酸，摄入多种维生素，以减少发生畸胎的风险。

怀孕期间，高龄孕产妇要做好以下几点：定期产检，密切关注控制血糖、血脂、血压等情况；合理的饮食和运动，少吃高脂、高盐的食物，适当补充DHA、维生素和钙；管理好体重，适量运动，保证充足的睡眠和愉悦的心情。如果是顺产，两胎之间无时间间隔需求，如果是剖宫产，两胎间隔18个月以上为宜。

策划：朱卫星 统筹：邓榕
采写：蔡昭璐 梁爽 邓榕

图片来源：视觉中国