

山本助産院だより

2018. 9

236-0031

横浜市金沢区六浦 2-14-12

TEL 045-788-6601

http://yamamotojyosanin.com



お知らせ

9月22日(土)「オーガズミックバース」の上映会があります。
参加費 2000円 学割 1500円 ペア割 3500円
10:30-13:30【上映 10:45~12:15 ダイアログ(対話)タイム後ランチ】助産院ランチ(1000円)も予約できます。
お申し込みは、こちらへ→



*詩子のつぶやき*vol.82

ノーベル平和賞を受けたマザーテレサは、素晴らしい言葉をたくさん残しています。私もいつも心に置きながら実行に移そうと思っているのですが、当たり前のことを継続していくことの大切さと難しさを痛感しています。思うことや、考えることも習慣のようで、1日1日物事を、なおざりにしてしまえば、その先に進歩も改善も発展もないように思います。思ったことを行動で示していくことは、努力も必要です。

.....
思考に気をつけなさい、それはいつか言葉になるから
言葉に気をつけなさい、それはいつか行動になるから
行動に気をつけなさい、それはいつか習慣になるから
習慣に気をつけなさい、それはいつか性格になるから
性格に気をつけなさい、それはいつか運命になるから
マザーテレサ

.....
思考⇒言葉⇒行動⇒習慣⇒性格⇒運命
強く想うこと、夢を持ち、言葉にし行動することで実現するという意味にも読み取れます。モチベーションを上げながらテレサの言葉を噛みしめ、運命となる夢に向かって歩みを進めていきましょう。

身近にいる人たちに心を配り、優しく接していきたいものです。

マザーテレサの潔さと清々しさは、まさに神様です



たんぽぽ○子育て講座 大賀先生○

昨年大好評だった大賀たえ子先生の育児講座、今回は「ヘトヘト！子どもと一緒にできる回復作戦」です。日々エネルギーあふれる子どもたちの相手をして、心身共に疲労がたまってしまいう育児生活で、どうしたら回復できるか、知恵を出し合ひましよう♪ たんぽぽでは、へとへとエピソードも募集中です！

9/27(木)10:30-11:45 参加費 300円(予約不要)

☆ 調理スタッフ 茶村真由美 ☆

こんにちは、キッチンスタッフの茶村です。元パティシエ、コックさん、大手料理教室などで教わりしていただきました。ご縁がありキッチンスタッフとして働かせていただいております。見かけたら気軽に声をかけてくださいね。

子育てはママー一人が頑張るのではなく…皆で子育てしていけるようになったら♪と思っています。実家のような山本助産院。元気に遊びにいらしてくださいね。簡単おいしい節約レシピをご紹介します。

<くるま麩の唐揚げ>

- ・くるまふ φ7.5 厚さ1cm 10枚分
- ・片栗粉・こめ油 腸内環境がよくなります
- (調味料)・水200cc・てんさいオリゴ糖(液体)大2
- ・きび砂糖(白砂糖・三温糖ではないもの)
- ・みりん 大2 しょうゆ 大2 塩

- ①調味料を合わせて、その中に乾燥した麩をそのまま入れる(水で戻さず、調味料で戻すように)
- ②ふにやっとならなくなったら軽く絞って
- ③片栗粉をつけて170~180℃の油で、周りがカリツとなるまで揚げる。

※調味料は軽く絞って、絞りすぎない！
甘味や塩味はお好みで調節してください。

☆母子訪問ステーション山本☆

赤ちゃん、こどもやママ、家族のための訪問看護ステーション「母子訪問ステーション山本」を7月1日に開所いたしました。

在宅ケアのお子さんの医療ケアをお手伝いすると共に、助産師の専門性を活かした支援として、育児技術に関するお手伝いや育児の相談を専門的に行います。

また、ケアを必要とする妊産婦さんに寄り添い、母子の心身の健康を守る訪問看護サービスを提供します。

山本助産院に関わるお子さんが、ママたちが、ご家族が、笑顔で生活できるように、助産師はじめスタッフ一同応援します。



~癒やしの時間~

各施術師が山本助産院 地下リラクゼーションルームにて出張で行います。産前産後の身体をいたわってくださいね。

- 9/3(月) こころ整体
- 9/12(水) アロママッサージ (小高五月)
- 9/25(火) こころ整体
- 9/27(木) リフレクソロジー (長谷川)

1回 40分 3000円

10:00-15:00 (1時間おひとり) で受け付けます。予約は助産院へどうぞ。

