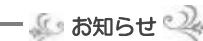


山本助産院だより

2015. 1

236-0031
横浜市金沢区六浦 2-14-12
TEL 045-788-6601



お知らせ

◆1月30日(金)あいあい倶楽部 茶話会
写真講座「子ども写真のちょっとしたポイント」
10:30~12:00 参加費200円
カメラを持ってご参加ください♪お友達も一緒にどうぞ!!
ご予約は、山本助産院(TEL:045-788-6601)まで

* 詩子のつぶやき * vol. 78

謹賀新年 穏やかに新年をお迎えでしょうか?
今年も健やかに暮らせますように。
子供たちが小さかった頃、お正月は、夫の実家である姫路で過ごすのが恒例でした。
31日は、すき焼きと決まっていた、総勢20余人ほどの大家族さながらにいくつもの鉄鍋が並び、それはそれは壮観なものでした。
元旦には、お煎茶に干し柿と昆布を頂き、義父の新年の挨拶から始まりました。
全員正座して子供達も神妙な顔をして聞いていました。それからお節料理で賑やかな会食が始まります。子供たちは、お年玉をもらい、お正月ならではのカルタやすごろくなどをして過ごします。
お腹一杯になった頃、全員で初詣に出かけます。曾祖母や祖母の唱えるお経を毎日聞いている孫たちは、大きな声を揃えて「般若心経」を唱えます。
「ぎゃ〜ていぎゃ〜ては〜ら〜ぎゃて〜」私もいつの間にか、ほんの少し唱えることができるようになりました。門前の小僧習わぬ経を読む...といった感じですが。お焚き上げの火にあたり、はしゃぐ子供たちの様子が、まるで昨日のことのように思い出されます。大人になった息子たちも、小さかったころの姫路のお正月のことをよく覚えているようです。
祖父母が亡くなり姫路に行く機会はめっきり少なくなりましたが、恒例行事のすき焼きと朝のお茶や夫の年頭の挨拶が引き継がれています。
いつの間にか私たちが、息子家族を迎える側となり、6人の孫たちと共に賑やかなお正月を過ごしています。
みんなつながる命たち...遠い彼方の義父母を思い、ありがたいことだと感謝の気持ち湧いてきます。
今年も、そぞろ歩きで氏神様にお参りに行きました。そんな当たり前のことが、とても幸せなことなのだと心から思えるようになりました。
今年も健康で、良い年でありますように。
みな安産で元気な赤ちゃんが誕生しますように。
心から願いながら手を合わせました。
山本助産院 山本詩子

<http://www1.seaple.icc.ne.jp/utako-y/>

♪ 助産院レシビ

白菜とにんじんの酢の物

～季節のおいしさをいただきます～

材料: 白菜 4枚 にんじん 1/2本
A(砂糖 大さじ1.5 酢 大さじ3 塩 小さじ 1/3 赤唐辛子 1本)

作り方

1. とうがらしは半分に切って、種を取り、Aを混ぜ合わせる。
2. にんじんを長めの乱切りにする。白菜を縦半分に切り、軸は3cm長さのそぎ切り、葉は3cm長さのざく切りにする。
3. にんじんを熱湯で2~3分、かためにゆで、熱いうちにAに漬ける
4. 続けて白菜の軸を入れて1~2分ゆで、ゆであがる直前に葉も加えてざるにあげ、冷めたら水気をしばってAに漬ける。20分以上おいたらできあがり。

実習生紹介♪

山本助産院の妊婦さん、子育て中のママさん達、こんにちは。北海道の天使大学から12月15日より実習に来ています。

山本助産院に来た途端、元気で明るいママさんが二人、立て続けに「あっ。」という間にお産され、楽しい実習が始まりました。産婦さんにとって一番くつろげるのは、自分のおうちだろうな、家族は産婦さんにとって一番身近な応援団だから、子供さんやパートナーに囲まれて、リラックスできるんだろうな。山本助産院は滋味豊かな美味しいご飯と、くつろげる環境作り、山本先生はじめ、母と子を包む優しく暖かいスタッフさん達。山本助産院は『癒しの空間』と思いました。

お母さんがリラックスできると、育児不安も軽減されます。山本助産院に来る子供たちを見ていると、みんなひとつこくて、まるで親戚のおうちに遊びに来たような感じです。

天使大学大学院助産教育分野 古川智代 尾崎真由美

シフォンケーキ教室 講師 島田和美さんより

こういう機会を作ってください、本当にうれしく思います。

私がいつも思う事...そして、心がけている事は、みなさんが帰ってからケーキを作ろう!ということはもちろんですが、それよりあの時間に居た事を“楽しかった”“おもしろかった”と感じてもらう事です。参加してくださった一人一人のお母さんの胸に何か心に想う事があって、その想いをエネルギーに変えて、家族のために頑張ってくれたらそれが一番嬉しい事です。ケーキを上手に焼く事ももちろん大切な事かもしれませんが、子育てしているお母さんにリラックスして笑顔になって帰宅してほしい。入ってきた時の顔より帰っていく時の顔が少しでもにこやかでいてほしい、そう思いながらこの二回の教室を終わらせました。私のこの想いは、みなさんにどこまで届いているかわかりませんが、今自分出来る精一杯を心がけて頑張りました。周りを楽しくさせたい...と思いつつ、この会を楽しんでいるのは、きっと私自身なのかもしれないですね!!

先生の“おいしい〜”“がまた聞きたいので、さらに腕を磨きますよ!

和美さん、楽しい教室を、ありがとうございました♪

～リレー随筆～

山本助産院で出産し、スリング教室・産着の会の講師として活躍中! 男子3人の母です!

子供の頃から肩こりに悩まされてきました。次男を妊娠中、妊婦健診の待合室で見ていた雑誌でみかけたスリング。抱っこ紐ジブシーでさんざん買い替えていたので、次男が1才半の時にママ友が使っているスリングをはじめて触り貸してもらいました。やっぱりいい。家に帰って簡単に作りました。子供の頃、赤ちゃんが好きだから赤ちゃんに関係することしたいけど、音楽嫌いだから保育士は無理だなあと思ってたのを思い出しました。楽チンな抱っこで育児を楽しんでくれるママが増えるように活動続けているから 今、夢が叶ってます。

手作りスリング楽 市川真奈美

