

山本助産院だより

2020. 2
236-0031
横浜市金沢区六浦2-14-12
TEL 045-788-6601
http://yamamotojyosanin.com



お知らせ

2月10日(月)13:00~15:00横浜市大病院のベテラン小児科医 関和男先生&助産師による「親子で健康チェック」1歳を過ぎても健診が受けられます。ママの健康チェックに加え、おっぴのクイックチェックも! 親子で2000円。ご予約・お問合せは山本助産院(045-788-6601)まで。

助産師@大谷のつぶやき

山本助産院25周年～幸せなお産をしよう～

私はこの記念の日の早朝、詩子先生とまさに“幸せなお産”の介助をしていました。

赤ちゃんの出てくるタイミングとお母さんの呼吸に合わせて待っていました。暗がりの中、灯りはごく少なくして、家族と助産師数人での静かなお産でした。私はここでの優しくしっとりとしたお産が大好きです。そして毎回思うのですが、産んでいるママはとて美しい。今まで勤務してきた病院やクリニックでは、産んでいるママたちがこんなに美しい表情をしているなんて気づきませんでした。もしくはそんな表情をさせていなかったのかもしれませんが。自然に合わせて待っているからこそ現れてくる表情・美しさなのかもと思っています。こんな素敵なお産を未来に残していかなければと思います。

昨今、出生数の減少には歯止めがかからず、お産への医療介入が必要なケースもありますが、不要な介入は本来持っている産む力、生まれてこようとする力を弱めてしまっているように思えてなりません。ちょっと立ち止まって、呼吸を整えられたらいいのに……。自分のお産は2回とも、病院の分娩台の上でした。陣痛室ではひとりで痛みに向き合っていました。当時助産師ではなかった私は、お産の知識も乏しく、腰が痛くて誰かにさすってほしかったことを覚えています。夫の立ち合いは分娩室に入ってからでした。ひとりで痛みを耐えている時間は長くつらく感じましたが、助産師となった今では、一人になる時間も否定的にはとらえていません。自分自身が、痛みと向き合い、乗り越えていく時間も必要なのだと知ったからです。自分のお産は、助産院のお産とは、違いましたが、その後の子育ては、楽しくとても幸せでした。息子たちはすでに20代後半になっていますが、いつも思い出すのは幼い日々です。幸せな子育てにつながるお手伝いを、これからも続けていきたいとおもいます。



たんぼぼ😊プレイバックシアターワークショップ😊

プレイバックシアターは、台本のない即興劇です。金沢区を中心に学校等で即興劇の授業を行っている「サンコファ」によるワークショップです。

ママも楽しい、手遊び、手話などで心をほぐします。時にはメンバーによる即興劇も!

参加したくなければ見学でも、気が向いた時だけで参加でも、何でもOKのゆるい時間です

2月17(月), 3月16日(月) 原則第3月曜日
11:00-11:40

予約不要、参加費無料(たんぼぼ利用料(要です) 見たことない方は、まずは覗きに来てください。お子さん連れでなくても大丈夫です♪

☆ 横浜市 産後支援制度 ☆

横浜市在住で産後4ヶ月未満の母子 対象

☆訪問型母乳相談(アウトリーチ)☆

産後まもない時期に起こりやすい授乳トラブルや母乳育児ほかに赤ちゃんの育児への不安解消に向け、外出が難しい産婦の家庭を助産師が訪問し、乳房マッサージや授乳、育児の悩みに対して、具体的に対応、アドバイスいたします。(横浜市助産師会へ申込)

料金: 1回4000円 ひとり3回まで

☆産後母子ケア☆

育児が心配な方、母乳育児がスムーズにいかない方、産後の支援が得られない方等を対象に、宿泊もしくは日帰り入院の補助制度があります(区の保健センターへ相談、申込)

料金: デイケア(日帰り) 2,000円/日
ショートステイ(宿泊) 3,000円/日

お申し込み、お問い合わせは、お気軽に山本助産院スタッフにお声かけください。おっぴのこと、赤ちゃんのこと、気になるときにはいつでもご連絡どうぞ!

☆ マクロビオティック料理教室 ☆

助産院では、野菜中心、体に優しいごはんをお出ししていますが、今回の食の会は、名古屋から講師をお呼びして、本格的なマクロビオティック(玄米と野菜、乾物を基本とした陰陽法を用いた食事)の料理を作ります。身体の不調をごはんから整えて、毎日元気に過ごしましょう。調理後は、助産師を囲んでみんなでランチをいただきます。

日時: 2月19日(水)
10:00-13:00

講師: 井上裕子助産師(マザープレイス院長)
参加費: 5000円

(講師料、実技、ランチ代込)

人数: 予約制 15名まで

場所: 山本助産院 1Fリビング

持ち物: エプロン、三角巾、ハンカチ、筆記用具
ご予約、お問い合わせは、山本助産院までどうぞ。

～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。

2/4(火) こころ整体
2/12(水) リンパドレナーージュ (太田)
2/18(火) こころ整体
2/27(木) リフレクソロジー (長谷川)
アロママッサージ、2月はお休みです
1回40分 3000円

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

*施術中、お子さんをたんぼぼで一時的預かりできるようにになりました。お子さんひとりにつき1時間300円(同施設内預かり料金)です。どうぞご利用ください♪