

# 山本助産院だより

2012. 7

236-0031

横浜市金沢区六浦 2-14-12

TEL 045-788-6601

http://www1.seaple.icc.ne.jp/uta

お知らせ

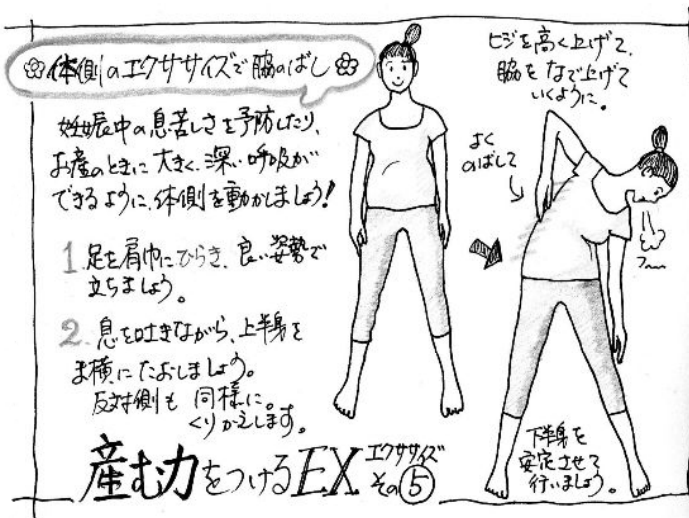
7/19(木) ①13:30-②14:30-藤田先生による乳児健診があります。横浜市のかたは無料券が使用できます。予約は助産院までお電話ください♪(来院の方は直接でも構いません)

## \* 詩子のつぶやき \*

vol.9 『子産み石』



助産院の玄関に入ると右側に赤い座布団に鎮座した丸い「子産石」が置いてあります。秋谷の漁師さんが海の中から見つけてくれたもので、お祀りする場所に相應しいと下さったものです。「子産み石」は、横須賀の秋谷あたりで出てくるのですが大きな石の中から波にあらわれて大小さまざまな石がころりと産み出されてくる不思議な石です。バス停秋谷の横には大きな「子産み石」が祀られています。横に説明書きがあり『横須賀市指定市民文化資産「子産石」子を産み出す石ということから、生殖の神、安産の神が宿る石として崇拝されてきた。ここに据えられた子産石を全体の象徴として指定した。』と書いてあります。すぐ近くに森戸神社があり、水天宮様には『まいられよ子宝の福 さづかりに』と石碑に刻んであり、古くから子宝を求める人たちの信仰を受けています。『子宝の石』を手でなで、お詣りすると子宝が授かると言い伝えられている靈験あらたかな石なのです。この不思議な石のおかげか? 当院に勤務するスタッフは、何故か子だくさんで3人は言うに及ばず中には、4人の子供たちを育てながら勤務している助産師もいます。つい先ごろ4人目を妊娠したスタッフもいて「子宝授かり助産院」の異名までつきそうな勢いです。平均出生率が1.37とされている昨今、何ともめでたいことだと喜んでいきます。助産院でお産をした女性たちもリピーターとなり3人・4人と産みにきてくれるのが不思議です。お産感想ノートには「またお産に来ます」などと書き残す方も多く嬉しくありがたいことだと思っています。助産院にいらした折には、是非安産と子育ての神様が宿る石を撫でてみてください。なぜか不思議なエネルギーを感じることでしょう。



## プチアロマ時間 「ベルガモット」 by 篠原

節電が予想されるあつい夏、アロマを使ってリフレッシュするのもよいのではないのでしょうか。柑橘系の精油は妊娠中比較的安全に使用できるアロマです。オレンジスイート、グレープフルーツ、レモン、など。個人的におすすめのベルガモットはミカン科の植物で、不安や緊張、消化器系の不調を和らげる作用に優れています。防虫効果もあるのでルームスプレーとしてもおすすめです♪

ルームスプレー：ボトルに精製水50mlとアロマオイルを10滴入れてよくふりまぜる…できあがり!  
※エタノールがあれば全体量の約1割のエタノールにアロマオイルを溶かしてから水を加えます。

## ♪ 助産院 レシピ ♪



### ゴーヤサラダ

【材料】ゴーヤ1本、卵3個、ツナ1缶

- ①ゴーヤに塩を振り板ずりする
- ②しんなりしたらゴーヤを縦半分に切りわたをとりのぞく(わたを良くとると苦みが少なくなります)
- ③ゴーヤを5mmくらいの千切りにし、熱湯でさっとゆでる。ざるにあげ流水で冷やし軽く絞る
- ④卵は白だし、酒、みりん少々で味付けしふんわりしたスクランブルエッグをつくる
- ⑤③と④とツナをマヨネーズとお好みのドレッシングであえる

※卵が苦手な方は卵を抜いても構いません。

## スタッフな日々

～キッチン☆食育指導士☆渡部優美編～

キッチン担当6年目の渡部です。私はコーヒーとパンが大好きで、焼きたてのパンを食べるために朝早くからパンを焼くのが楽しみのひとつです。また、気温が低くなると芽を出して花を咲かせるシクラメンのけなげな姿が好きで、我が家にある9年もののシクラメンを大切に育てています。胡蝶蘭は3年。こちらもいつもいつも温かい愛情を注いで育てています。

