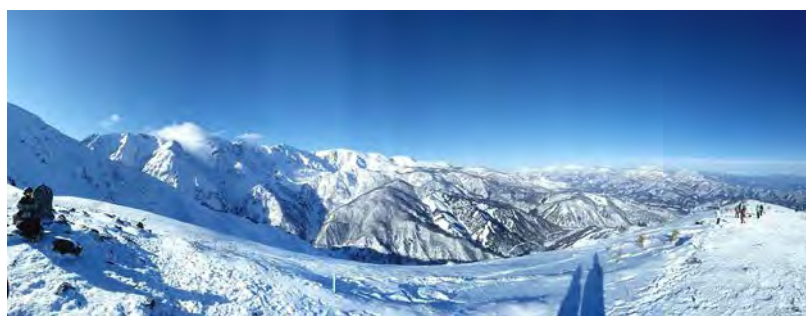




産科だより

康心会汐見台病院

平成 31 年



寒さも落ち着いてきましたね。とは言っても、今年の冬はあたたかかったです。冬になると、師長さんの故郷である長野県に滑りに行くのですが、去年と比較すると雪は少なく、トップシーズンでも雪が溶けて、土が見えてしまうほどの気温上昇でした。ネットのニュースでは、京都府にあるスキー場も暖冬で雪が降らず、オープンすることなく、営業を断念したようです。今年も暖冬と言われていましたが、こんなにも目に見えてわかるものなのです。とは言っても、実際に行ってみるとこの景色！時間を忘れて見惚れる美しさです。写真では伝えきれないのが非常に残念です。来年はたくさん降ることを願って、あと少し楽しみたいと思います。

参加人数は2月末現在で26名。うち20名が出産されました。また、他院で出産予定の方が3名参加されています。

◆マタニティ・ヨガ
昨年7月から始まったマタニティ・ヨガ（以下マタヨガと略します）



参加対象者は、①当院で妊婦健診を受けている方 ②他院で分娩予定だが、当院で妊婦健診を受けている方 ③当院で分娩予定だが、他院で妊婦健診を受けていて、そのかかりつけ医師より許可を得ている方 になります。許可を得た方へは、参加カードをお渡ししています。

参加された方にはお産後にアンケートをお願いしています。お仕事があったり、都合がつかなくてお産までに1回しか参加できなかった方からは、「もっと参加したかった」とのお声をいただいています。「これからお産する方へおススメしたいか」の項目では「はい」との回答が100%です！

「体が硬いから大丈夫かしら」「ヨガをしたことがない」などなど、マタヨガを受ける前に不安な声は色々聞かれます。マタヨガは、一般のヨガとは違い、ゆっくりとした動きで無理なく行います。体を動かして程よく体を緊張させるとリラックスしやすくなります。是非、参加して心も体も開放させにいらしてください。

◆今月の赤ちゃん



この子は果花（はな）ちゃん。果花ちゃんママは1人目のお産の時に入院していたママたちと今でも交流があつて、月1回くらいのペースでママ友会を開いているそうです。そういえば、入院中から仲良く、授乳室でいつも盛り上がりつつあったのを私も覚えています。同じ時期の子を育てるママ同士で共感し合い、相談

◆編集後記

2月20日のスーパームーン、見ましたか？すごく大きくて、黄色が濃くて天気もよく、きれいに見えていました。それを見て、「赤ちゃんたちがざわつくかな？」と思っていました。やはり、2日後に4人産まれました。みんなで相談でもしているかのよう1日に集中してくるのはどうしてでしょう（笑）産科あるあるです。

