

第 15 回 助産師による講演会

～あなたらしい妊娠、出産、育児を目指して～ 赤ちゃんとの生活をイメージしてみよう

開催日時：平成 29 年 6 月 18 日(日) 14 時 00 分～16 時 30 分

会 場：カメラプラザ(亀戸文化センター) 6 階 和室

参 加 者：妊婦 7 名、パートナー 5 名、母親 1 名

助産師による講演会は、第 15 回を迎えました。生憎の空模様でしたが、13 名の参加がありました。

第 1 部は、助産師の曾我さんによるお産後の生活・授乳についての話でした。スライドを用いて、産後の母の状態、母子の生活を父親へのメッセージを送りながら説明がありました。メモを取りながら真剣に聞くパートナーの姿に、緊張感や父親になる自覚を感じました。



次に、助産師の荒井さんから、「子育て支援のいろいろ」の話がありました。地域にある子育て支援の施設や交流できる場所について、パンフレットを用いて説明がありました。産後だけではなく、妊娠中からでも利用ができることも紹介されました。

第 2 部は、2 グループに分かれて、それぞれ 2 名ずつの助産師が入り、妊娠中、出産後の生活についてのグループワークを行いました。まだまだ出産後のイメージが付いていなかった妊婦も、経産婦や出産間近の妊婦の話聞き、少しずつイメージが付いたようです。仕事をしている妊婦も多く、産後の復帰についても話が出ました。妊娠中のマイナートラブルに対しては、ストレッチ方法のレクチャーもありました。

その後は、助産師の小島さんと安藤さんによるインナーチャイルドマッサージでした。お腹をはじめ、妊婦の体をゆっくりゆっくり、温かくマッサージしました。ハープの演奏を聞きながら、ゆったり心地よくなったようです。



第 3 部はハープ奏者の佐野さんをお招きして、参加者は畳の上に寝転びながら聞き入りました。途中、スースーと寝息も聞こえてきたりと、とても癒された時間になったようです。

最後にアンケートに記入していただきました。充実した内容に、妊娠、出産、育児についてのイメージが少しずつでき、満足していただけたようです。

