



沐浴実習や料理、妊婦体験をしてみてくださいか？



【関根輝雄・順子さん夫妻】「育児に対して全く知識がなかったので参加しました。」と順子さん。ご主人はあまり料理をしないそうですが、この日は頑張って手料理を作ってくれました。「沐浴実習、緊張しました。実際に体験してみると首を支えるのが難しく、水が顔にかかってしまったり(笑)。でもこうした経験が出産前にできてよかったです。」



【大友敏裕・真由美さん夫妻】「腰が思った以上に痛い！お腹の重さがズシンとききました。妊婦体験をして、妻の気持ち、大変さを身に染みて感じることができました。」と感想を述べた敏裕さん。「主人はずっと私をサポートしてくれています。自然に任せて、元気な赤ちゃんを出産したいと思います！」(真由美さん)



【久慈圭一・佳乃子さん夫妻】「主人は私がいなくても、子どもの世話や家事を、積極的にしてくれるので助かっています。だから普段と変わりませんが、町の事業と一緒に参加してくれて嬉しいです。」と佳乃子さん。「今、妊娠中の妻に代わって母親の代わりになっているのかな、と思います。」と話す圭一さんが作った料理を、幸せそうに食べる佳乃子さんでした。

次回の両親学級は来年の1月31日・2月4日。詳細はホームページをご覧ください。



2日目に行われる先輩ママ・赤ちゃんとの交流の様子。「分娩台では仰向けになるからストローがないと飲み物が飲めないからストローは必須」「カフェや静かなところでつろげるのは出産前だから、今行っておいたほうがいいですよ」「テニスボール。で陣痛がつかいとき、自分でさすってました。おすすめです！」など、先輩ママからたくさんアドバイスが。未来のパパも参加し、赤ちゃんに触れ合うなど和やかな雰囲気。

町の保健師がご家庭に伺います。

こんにちは赤ちゃん訪問

三芳町では町で生まれたすべての赤ちゃんの自宅に保健師が訪問し、子育てに関する情報提供、相談、体重測定、予防接種の相談などを行っています。訪問の際はご協力ください。

☎保健センター ☎ 049-258-1236

「やっと会えたね」を笑顔で
「ほら、今動いたよ。」
おなかの赤ちゃんが動くことを感じたところから、いよいよママになる実感がわき、パパも健診時に超音波で赤ちゃんの映像を見るなどし、少しずつ実感がわいてきます。
一方、妊娠中の不安や悩みは尽きません。ストレスなく出産に臨むことは母子ともに大切なことです。
安心して楽しく妊娠時期を過ごし、赤ちゃんと対面したときに「やっと会えたね」と笑顔で言えるように、保健センターでは安定期に入った妊婦さんとその家族を対象に年に4回、両親学級を行っています。

出産前の心の準備

妊娠期の夫婦支え愛。



パパたちが作った、すき焼き風の料理。ママたちの評価は…。

☎ 保健センター ☎ 049-258-1236

妊娠中の家族を対象に行われている「両親学級」。パパが料理を作り、妊婦体験も。夫婦そろって人形を使った沐浴体験も行います。実はこの事業の一番の魅力は「パパ・ママ友作り」です。



「病院の講習も受けましたが、参加人数が多く、講師に質問ができませんでした。でもこの両親学級は少人数なので、気軽に質問でき、参加者も同じ町内なので親近感がわき、楽しく受講できました。」(参加者アンケートから)

この学級の最大の特徴は「パパ友・ママ友」を出産前に作れることです。病院の講習では隣になった人が必ずしも三芳町在住とは限りません。しかし両親学級は違います。必ず同じ三芳町在住です。

パパの育児意識向上

この講習ではパパも積極的に参加。料理を作り、妊婦体験や沐浴実習を行

両親学級に参加

おいぬま 生沼健 (28) ・ 愛 (27) さん 夫妻

「階段の上り下りするとき、足元が全然見えないのでびっくりしました。」と話す妊婦体験を終えたご主人。「子ども目線で子育てをしたい。」と決意を語りました。

マタニティマークをご存知ですか？

女性	63.8%
男性	41.4%

知っている

内閣府が9月に発表した世論調査の結果、知っている割合が女性63.8%、男性41.4%でした。制定から9年が経ちますが、社会全体での知名度は低いのが現状です。

妊娠初期は、赤ちゃんの成長はもちろん、お母さんの健康を維持するためにもとても大切な時期。しかし、外見からは見分けがつかないため、さまざまな苦勞があります。妊娠・出産に関する安全性と快適さの確保をめざし、「マタニティマーク」が誕生しました。マークは、妊婦さんが交通機関などを利用する際に身につけ、急病になり自分の意思表示が困難となったときなど、周囲に妊婦であることを示しやすくするもので、町では母子手帳と一緒に渡しています。

出産エピソード

町内のパパ・ママを対象に行なったアンケートの中から、出産時にまつわるエピソードをお届けします。

今だから笑える話ですが、2人目の子どもが生まれる時、出産当日に研修生が取り出すことを知らされてあせった。しかも先輩の助産師さんに怒られながら赤ちゃんを取り出す研修生の姿を見てなおあせった。(D・N)

妊娠中、子どもの性別がわかる前に「名前」の夢をみた。漢字が出てきて、読みながら(叫びながら)起きた。実際に性別は当たっていたが、この名前にはなりませんでした(笑)。(によりこ)

3人目の出産はなんと病院(助産院)に間に合わず自宅リビングで出産！パパが取り上げてくれました(へその緒をつなげたまま自家用車で病院へ)。子どもたちとパパと本当に家族だけの出産で本当に本当に幸せでした(3姉妹ママさん)

妊娠29週目の終わりに逆子に…。ずっと治らず診察。へその緒が首に3重巻き！でもお腹の中で頑張って1重巻までほどき、36週に入ってから回転して頭位に！！切迫早産で入院中だったため、翌日が帝王切開予定日でしたが、手術はキャンセル&36週に入ったので退院。それから4週間。お姉ちゃんとの2人、月は違えど同じ日に生まれているので、予定日近くまで生まれなければ計画出産で…と予約。希望通り3人月違いの同じ日が誕生日になりました!!(M・N)