



野菜たっぷりバランスのとれた食事



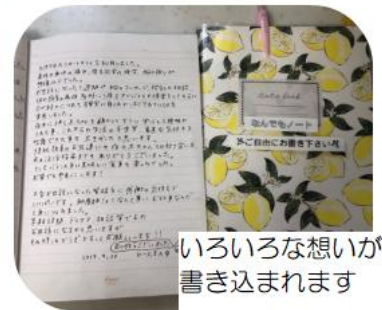
A室



B室



助産師による乳房ケア、授乳支援  
助産師のもとでゆっくりとママになる練習をしていきます



いろいろな想いが  
書き込まれます

A・B 入院部屋に置いてある「なんでもノート」

赤ちゃんのお世話や心身に余裕のない時・・・そんな時でも皆さんたくさんの想いを綴って下さいます。その想いは次にご利用になるお母様には救いとなり、実習学生さんには教えとなり、私たち助産師には自身のケアの振り返り、そして何より元気と励みを頂けるノートです♪

産後ケア開始から 4 年目！！

第一子に引き続き第二子でのご利用の方も出てきました。

### 第一子の利用時 (2017. 1.9)

里帰りをせずにはじめての子育てをするため不安なこともたくさんありルナさんに入院させていただきました。初めての子育ては些細な事(しゃっくり、授乳の仕方や回数うんち、スキンケアなど)気になってしまいスタッフの方にお尋ねすると、丁寧にお答えいただき、一つ一つ学んでいくことができました。

### 第二子の利用時 (2018. 10. 28)

ルナさんには 2 年前の出産後もお世話になり 2 回目の産後入院にてお世話になりました。上の子が 2 歳になっていない手にかかる時期のため今後の生活はどのように過ごそうかなと悩んでおりましたが、7 日間しっかり休ませていただき、考え、悩んでいた事を整理する時間もいただくことができました。中略  
ルナさんにお世話にならなかつたらバタバタと過ごし母子共にダウンしてしまったと思います・・・T さん

一人目の産後は息切れもひどく、あちこち痛くて授乳で座るのも痛い・・・くらいボロボロで涙も止まらず・・・という時に他区でしたが助産院に駆け込むように入院して本当に救われた、という経験があったので今回、二人目も妊娠中からショート利用しようと決めていました。一人目とは全然違い赤ちゃんがなかなかおっぱいをくわえてくれなかったり、くわえてもすぐに眠って吸ってくれない・・・とどうすべきか分からないまま産院を退院したのでこちらで授乳の様子をよくみて頂きやり方やミルクの量など教わって不安なく過ごすことができました。中略

帰ってからも早期訪問をして頂けるとのことで安心して過ごせそうです。自宅に帰ってからも二人の子育てをなんとか頑張れそうです。Mさん

～退院後も思うように動けず、頼れる人もおらず、不安で仕方なかったところ受け入れて下さり本当に助かりました。話を聞いてくれる人、頼れる人が近くにいてくれるという安心感からぐっすり眠ることができ、体が回復してくると心も前向きになりました。残念ながら今日退院ですが、自宅に戻ってからも子育てを楽しめそうです。ありがとうございました。Tさん

～ここではちゃんと私自身と赤ちゃんの様々な様子に合わせてアドバイスをして下さるので情報に踊らされることなく初めての育児を楽しみながらスタートさせることができました。中略  
素敵な時間をありがとうございました。Mさん

こちらに来て授乳や育児全般について助言頂けたこと本当にありがたいです。また母子ともに褒めて頂いて自信につながりました。“痒いところに手が届く”とは皆様のことだと思いました。贅沢な時間を過ごすことができました。十分充電できたので帰ってからも頑張れそうです。Yさん