



もりっ子だより



2019年1月10日号 NO286 担当りえ

新年おめでとうございます。2019年！

新年があげましたね！今年はどんな年になるのでしょうか？

今号はりえこと今村が担当いたします。最近、太極拳にはまっております。始めて3年目になりました。私がやっているのは健康太極拳「楊名時太極拳」です。ゆっくりとした動きに呼吸を合わせて、腰を中心に体を回転させながらバランスを取っていきます。一つ一つの動作に意味があり、学んでいけばいくほど奥深く興味がつきません。10年後には師範になっている予定です。そうしたら、助産院で妊婦さん向けにできたらいいなと思います。福生市は太極拳が盛んなので、興味ある方は是非一緒にやりましょう！声かけてくださいね。



≫電池の話！要注意！

コンパクトなサイズと高い電圧のため、従来の円筒型電池の代わりにボタン電池（コイン電池）を使う製品が増えている。だが、硬貨のように光るその小型電池が、多くの子供たちに大きな害を及ぼしている。米国では、ボタン電池が原因で病院の救急処置室を訪れる人の数は毎年、3500人を超える。幼児向けの玩具にこうした小型電池が使われるケースがますます増え、病院に運び込まれる子供の数も年々増加していることから、米小児科学会はボタン電池の誤飲防止に向けた戦略の立案と調整、実行のための特別委員会を設置している。

≫数時間で人体に影響

5セントや25セント硬貨ほどの大きさがある3ボルトの電池なら、2時間以内に組織に害を及ぼし始める可能性がある。ボタン電池を誤って飲み込むと、食道のただれ（びらん）や気管（のど笛）の損傷などが起きるほか、胸部の大血管が影響を受けることがある。臓器が治療不可能な損傷を受け、死に至ることもある。さらに、子供は硬貨を飲み込んで急処置室に連れて来られることが多いため、電池を誤飲したことが見落とされてしまう例もある。大き目のボタン電池は、レントゲンでは効果と区別しにくいのだ。処置の遅れが、死亡の危険性を高めることになる。

≫親の注意が不可欠

電池を入れる部分のふたがきちんと閉まっているか、ロックされているかを確認する必要がある。また、電池が切れて取り出した後、廃棄する際にも注意しなくてはならない。おもちゃを動かせるほどの電力がなくなった電池でも、まだ電気を放出している。

スマートフォンやタブレット、その他の電子機器の使用が子供の脳の発達によくないことを示すデータは相次いで発表されている。加えてそれらに使われている電池が体に損傷を与える危険性があることにも、警戒しておく必要があるだろう。子供が電池を飲み込んだり、鼻や耳に入れたりしてしまったのではないかと不安に思ったら、すぐに医師の診察を受けるべきだ。毒物を飲んでしまったのと同じように考える必要がある。（インターネットより引用）



森田助産院のLINE@をご登録ください。

サンクスディやその他の情報をお知らせしたいと思います。
皆さん、登録よろしくお願ひします。QRコード・・・





2019年1・2月 森田助産院予定表



足踏み整体

(施術者:河辺リフレクソロジスト)
妊娠中でも育児中でも受けられます。
足で身体をもんでいきます。
カラダがすっきり軽くなります!
日程:1月22日(火)
2月4日(月)・19日(火)
時間:10時~14時 予約制
料金:60分4500円
サクスティのヘッドマッサージ
も担当しています。

5656 せいたい 123

(施術者:小林 整体師・助産師)
妊娠中の腰痛・恥骨痛、産後のガクガク骨盤・尿もれ・背中の痛み
など楽になります。母乳の出も良くなるかも?! 要予約 約60分
日程:1月20日(日)
2月3・24日(日)
料金:6000円(もりっ子割引有)
予約はここから↓
<https://coubic.com/majotama/394832>



産後ママのビューティープログラム

(講師:貫井 170cm 筋トレ講師)
ママ達同士でマッサージしましょう。
マットエクササイズで股関節をほぐし、
インナーマッスルを使って沢山呼吸してニコリ笑顔になってね。
動きやすい服装でご参加ください。
日程:1月21・28日(月)
2月4・18・25日(月)
時間:13時半~15時
定員:8名 料金:1500円

産後の骨盤調整ヨガ

(講師:福本 ヨガインストラクター)
妊娠・出産でがんばった骨盤をヨガで調整!
ヨガをすることでゆっくり正しい位置にもどし、
インナーマッスルもきたえてこれからの生活を快適に
過ごしましょう。
動きやすい服装でご参加下さい。
日程:1月24日(木)
2月28日(木)
時間:10時30分~12時
定員:8名 料金:1500円

助産師小原のちょこっと整体

(施術者:小原 整体師・助産師)
妊娠中や産後の腰痛、恥骨やお尻の痛みを骨盤ケアしましょう!
ベビーも大歓迎!「頭がいびつ」「同じほうばかり向いてる」「2ヶ月で寝返りし
ちゃいそう」「いつも突っ張ってる」などの赤ちゃんにお勧めです。
気になる症状が改善し、不思議なことに赤ちゃんのご機嫌もよくなります。
日時:予約サイト参照
(1週間に1回開催予定)
料金:2000円(30分)

ベビーボンディング

(講師:園田 保育士・BBCS)
みんなでたのしく赤ちゃんマッサージ
しましょう!ママがニコニコすれば
赤ちゃんとの絆も深まります。
歌や手遊びもあります。
ランチの会:1月15日(火)
2月12・19日(火)
時間:10時半~11時半
※希望者にはランチ(別料金)が
つきます。5食限定。
おやつ会:1月22日(火)
2月26日(火)
時間:14時~15時
料金:初回2000円
2回目以降1000円
ランチ代700円
持ち物:バスタオル、
おねしょシート
(ビニールなど)
赤ちゃんの飲み物

赤ちゃんの足型で作る成長記録

(講師:園田 保育士)
赤ちゃんの成長の記念!足型アート
を一緒に作成しましょう!
1月は「獅子舞」すてき!
日時:1月25日(木)「獅子舞」
2月22日(金)
時間:13時30分~15時 予約制
定員:10名 料金:1000円
(兄弟1人につき+500円)

今年も楽しい企画をしていきます。
みんなで楽しく過ごしましょう!

教室予約サイト Coubic (クービック) <https://coubic.com/morikko>

簡単な登録だけで、何時でも簡単に予約できます。ご利用ください。
わからない場合はお電話ください。お時間いただければ、お電話でもご予約できます。

大好評!!ママの癒しの日!! ♪サクスティ♪ 次回は2月 日 10~16時頃

Menu *母乳メンテナンス(搾乳用のタオルを2枚お持ちください)
*ヘッドマッサージ どちらも20分1000円!

玲子茶屋では、おやつが振舞われます。お楽しみに~

森田助産院のホームページはこちら~ →→→→QRコード→→→→

