



もりっこだより

2019年4月24日号 NO288 担当 りえ



こんにちは、助産師のりえです。

6月2日(日) イベント決定!

6月2日に2つ講習会を開催します。1つは「食器用石けん」のお話です。今の食器洗剤が身体に入っているって考えたことありますか？ちゃんと洗い流しているようで、実は…それなら、身体にやさしい自然にやさしい食器洗剤を使ったほうがいいのか？と思いませんか。アーダーブレーンの佐藤さんをお呼びしています。もう1つが「安産らくらく腹帯」です。戌の日の腹帯がそのまま眠っていませんか？一緒に巻いてみましょう！安産腹帯で妊娠中を快適に過ごして、安産になる！一石二鳥をめざしましょう。妊娠中の方も妊活中の方も、腰痛があったり、腹部の病気後の方にもお勧めです。草木染の腹帯も販売します。興味ある方はぜひ参加してください。

そして～引き続き講習会のお知らせです。

6月12日(水)「おんぶでラクラク育児教室」

おんぶ！気になっているけど、「できない!」「難しそう!」「怖い!」と思っている方や、おんぶしているけど「これでいいのかわからない」「抱っこ紐でやっているけどなんかしっくり来ない」というかた方にお勧めです。おんぶの良いところ楽なところを学んで、もう一つ上のラクラク育児をしましょう！晒のおんぶもご紹介します。

イベント詳細はもりっ子 LAIN@でお知らせします。↓のQRコードからご登録お願い致します。
森田助産院 FB、Instagram、アメブロでもお知らせします。

ビックリ! 4月にインフルエンザ流行???

今日のニュースを見てビックリです。インフルエンザが先月より増えていると言うのです。理由としては天候が不安定で体調を崩す人が増えていることと、なんと、10月頃に接種した予防接種の効力が薄れる時期だからとのこと…野生派の私としては「体力つければいいことか?」「予防接種ひたすら打ち続けるとか、ないわ～」とか思って聞いていました。

さてさて、みなさんは親としてどう考えますか？

時代で育児は変わっていくと感じます。きっと多くの方が感じることでしょう。正解も不正解もない…でも、決めたことに親として責任は持たなくてはいけない。誰のせいにもできない。だから、いろんな話を聞いて、考えて、悩んで、家族で答えを出していきましょうね。

4月新しく始まる季節です。身体に気をつけて、疲れたら、ほっこりしに助産院に遊びにきてくださいね。助産院の心の扉はみなさんのためにいつでも開いています。お気軽にいらしてください。お待ちしております。



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5月 森田助産院教室予定

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:5月7(火)・20日(月)
時間:10時~14時 予約制
料金:60分 4500円
サン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:4月25日(木)
5月12・19日(日)
料金:6000円(もりっ子割引有)
予約はこちらから↓
<https://coubic.com/majotama/394832>



>新!午前中クラスできました!<

産後ママのビューティープログラム

(講師:貫井 IPOLY クイックストラクター)
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ッ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:5月20・27日(月)
時間:13時半~15時
日程:5月10日(金)
時間:10時~11時30分
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:5月29日(水)
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ケア。ベビー「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うそう」「いつも突っ張ってる」赤ちゃんにお勧めです。
日時:予約サイト参照
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:5月21・28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。
おやつ会の会:5月14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!

日時:5月24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!! ♪サンクスティ♪ 次回は5月22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→→→→

