

VOICE ~声~



助産師・佐藤 理恵さん

紫峰ヶ丘の助産院「BIO HOUSE」で母乳育児の相談を受けるほか、新生児訪問などさまざまな支援活動を行う。自身も子育て中で、2児の母。

市の産後ケア事業で、訪問型産後ケアを行う「BIO HOUSE」の佐藤理恵さんと通所型産後ケアを行う「ベビーヘルシー美蕾」の瀬井房子さんに話を伺った。

—どんな支援をされているんですか。

佐藤 母乳相談、身体のメンテナンスや肩こり、骨盤など、身体的なトラブルを診ています。はぐはぐ教室での母乳相談、赤ちゃん訪問、県の出張助産師として地域を回ったりしています。

最近では、近くに親が住んでいない方も多いですね。なので、近くにいる人が手伝ってあげられたら、力になればいいなと思って活動しています。相談に乗ってあげること、ママが抱えていることを吐き出せば、気持ちも楽になると思います。

お母さんが笑顔でいることが一番。周りをもっと頼って欲しいですね。

—最近の「子育て」について思うことは。

佐藤 子育ての悩みを相談できる人が身近にいないお母さんが多くいると思います。特に赤ちゃんの月齢が低いときは、外出するのも大変ですよ。赤ちゃんも1対1になりがちで、悩みもひとりで抱え込んでしまふ。でも、そんなときは、何かなんでも自分でやるんだ、と決めつけないで、周りをもっと頼って欲しいですね。周りの誰かに相談してほしい。

例えば、子育て支援室に出かけてみたり、ファミリーサポートセンターに相談してみたり。やっぱりお母さんが笑顔でいることが一番です。子どももそれが一番うれいすよね。地域で子育て」という雰囲気広がればいいなと思います。

02 みちびく

~2人の助産師に聞いた「子育てのコツ」~

■産後ケア事業って？

出産後のママの育児を支援するため、この4月から始まった事業です。助産師による自宅訪問または助産院に通所してもらうことで、母子のケアや授乳指導、育児相談などが受けられます。

—どんな相談を行っていますか。

瀬井 授乳に関しての相談が多いですね。十分に飲んでいるかとか、授乳間隔はどうかとか。子どもが泣くのはどうしたらいいのかなという相談もあります。あとは、ここ（助産院）で少し寝たいとか、子どもをみてほしいとか、そういった希望にも対応しています。

—たくさんのお母さんたちを見てきて、感じることは。

瀬井 そうですね。お母さんたちが外に出ず、引きこもってしまったら、赤ちゃんが泣くことを怖がっていると感じています。原因としては、隣近所に対しての配慮がありますよね。子どもの泣き声がうるさいと言われる。子どもってしっかりと大声で泣かせた方が、発散するからいいんですよ。だからいつもこうアドバイス

VOICE ~声~



助産師・瀬井 房子さん

南太田にある助産院「ベビーヘルシー美蕾」院長。助産師として30年以上お産の現場に立ち、これまで3,000人を超える赤ちゃんを取り上げた。4月から市の通所型産後ケアを担当している。

赤ちゃんは泣きたいだけ泣かせてあげる。それが理解する近道。

—子どもが産まれたら、隣近所に「子どもが産まれました。声が聞こえてご迷惑かかります」といってあいきつをしておく。そうしておけば泣かせられる。泣かせているうちにこの子の泣き方がわかってきて、理解できるようになる。赤ちゃんは泣きたいだけ泣かせてあげる。これが子育ての第一のコツじゃないかな。それをね、教えてあげると皆さん楽になる。

あと、パパたちにいつも言っているのは、ママに息抜きの時間をあげてください。休みの日に3時間でもいいから時間をやってくださいって言うんです。授乳の合い間の時間とか。1週間に一回でもいいから、ママに子どもから離れた自分だけの時間をあげる。そういうことに協力して欲しいですね。