

○「妊婦さん・産後のママ・ベビーは参加をしてみませんか！」

新しい生命の誕生を心待ちにしている妊婦さんや、出産をされたお母さん方を対象に、当院では、色々な体験学習を行っています。

今回は、安芸病院の産科医療の中で、妊婦さんや産後のママ・ベビーへの活動について、3階病棟寺田好美看護長、に説明していただきます。

母親学級・沐浴体験会

【質問①】どのようなことを行なうのでしょうか？

産科Dr. は妊娠中の異常・注意点について、小児科Dr. は新生児の生理について、栄養士は妊娠中の栄養について、それぞれ講義いたします。

助産師は、母子手帳や分娩経過についての説明と、腹帯の巻き方や呼吸法を一緒に練習します。又、陣痛室・分娩室を含めての病棟の案内や、沐浴体験会、妊娠中より産褥期までの当院でのかわりを説明します。

【質問②】体験するメリットはなんですか？

分娩経過や呼吸法など事前に学習、体験することでパニックにならずのぞむことができ、他の妊婦さんとの交流もできます。沐浴体験会は、本人以外、夫・祖父母等も人形で体験してもらえます。夫立会い分娩希望の方は、二人で一緒に受講していただいております。



【質問③】いつ行っているのですか？ 申込み方法は？

母親学級は、奇数月の第1・4金曜日 13:30~15:00、沐浴体験会は、偶数月の第4金曜日 13:30~15:00まで予約制です。

予約申込は、産婦人科外来で行なっております。

マタニティ ヨーガ・産後のヨーガ・ベビーマッサージ

【質問①】どのようなことを行なうのでしょうか？

日本マタニティ協会で指導されている妊婦用のヨーガや産後用のヨーガをメインとして、他に瞑想と呼吸法などを行います。ヨーガや呼吸法・瞑想などを通して体と心の調和が得られると共に心地よさも感じていただけます。自分のペースで育児もしながら受けられ、途中リラックスする休憩もとっています。



妊婦さんは、当科受診中に産婦人科医師より許可のあった方、産後の方は産後2ヶ月から1年までを対象にしております。開催は1回/月くらい不定期に行っており、院内の掲示板に開催日を随時表示しております。また、産後のヨーガは、他病院でお産をされた方も参加することができます。

ベビーマッサージは、生後2ヶ月~6ヶ月の赤ちゃんのご家族の方が対象で、毎月第1・4金曜日の10:00~11:30に行なっています。オイルマッサージをすることで、コミュニケーションの手段が増え、赤ちゃんと一緒に楽しいリラックスした時間を過ごせます。

【質問②】 申込み方法は？

直接3F病棟へ電話して予約をとって下さい。ベビーマッサージは、オイルのアレルギーテスト(自宅でテスト)がありますので、開催前日の予約は受けられないことがあります。

命の教室

【質問①】 どのような目的で開催されているのでしょうか？

学童期(小学3～4年生)の児童を対象に、命の存在や尊さなどを学ぶことを目的としています。妊婦さんとふれ合うことで母親の子宮の中で育ち誕生したことや、親子の絆や家族の気持ちを理解し、自他の生命を大切にすることを育てるために開催されています。

【質問②】 参加者の反応は？

母親のお腹の中で10ヶ月かけて育ち誕生して、大事に育てられて大きくなったことを実感し命の大切さについて知り、体のしくみについてや、2次性徴についての理解を深めることができたとの感想をいただいております。また、子供達からは思ったこと、勉強になったことなどの感想文をもらっています。

【質問③】 今後の展望などを教えてください

今後も地域との関わりを密にしていくためにも維持していきます。事前打ち合わせなど開催学級と連絡を取りあって状況や希望を配慮し、自分達の役割をはたしていきたいと思っています。



新型インフルエンザ予防接種について



当院では、11月16日より新型インフルエンザ 予防接種を行っています。妊婦さん、基礎疾患を有する方を最優先に小児も対象としています。高知県下でも感染が増加する中、心配な方はワクチン接種を受けられてはどうでしょうか。

又、現在は小学1年～6年生を対象に予約を受け付けております。今後も接種対象者の範囲が広がる予定です。接種予定については、外来にポスターを掲示し

ております。ご確認のうえ、予約は専用ダイヤル0887-34-2005(平日9:30～16:30)までお願いします。



土居小学校で「姿勢の大切さ」について講演

平成21年11月10日火曜日 土居小学校の4年生5年生6年生と保護者、教職員の皆さん70人を対象に、「学校、自宅での悪い姿勢が引き起こす問題と、正しい姿勢の大切さ」について講演をさせていただきました。子供たちからは、積極的な質問、感想をいただき、充実した時間を過ごさせていただきました。

リハビリテーション科 元吉 明

11月8日(日) NHK BS-2「おーい、ニッポン ～私の・好きな・高知県～」で、安芸病院に入院されていた患者さんが作詞、安芸病院職員が作曲し歌った曲が、紹介される。

11月8日の日曜日、NHK BS2 「おーい、ニッポン ～私の・好きな・高知県～」生放送で、以前安芸病院に入院されていた金本さんと、リハビリテーション科 元吉 明 氏の作った歌が、安芸市の弥太郎邸生家で、地元コーラスの方々を中心とした、30人の皆さんと一緒に歌われました。

来年の龍馬伝に向け、地域活性化の応援歌として役立てばと作った、2曲のうち、「土佐からのメッセージ」の曲が、歌われました。撮影現場では、出演された方々は元より、見物にこられていた方々も一緒になって、元気な安芸を全国に発信できました。