

育児は、母親だけでなく父親も一緒に行っていくもの、そのことの大事さを知ってもらいたいと、当センターの助産師が、妊娠中・出産・産後の母親の心身の変化についてお伝えしました。

からだ
体型の変化
マイナートラブル

初期			中期			末期		
2ヶ月	3ヶ月	4ヶ月	5ヶ月	6ヶ月	7ヶ月	8ヶ月	9ヶ月	10ヶ月
つわり 頻尿 便秘 乳房の張り			こむらえり 足のむくみや静脈瘤 妊娠線			動悸、息切れ 胃もたれ 足の付け根の痛み しみ、そばかす 頻尿 腰痛		

出産後の心のサポートを

ママがこんな時、パパはどんな声掛けをしたらいいのか具体的に動画で紹介もしていましたよ。妊娠中は産むことが目標になってしまいがちですが、出産した日から育児は始まります。赤ちゃんが生まれたら、どんな生活になるのかをお伝えし、育児のイメージを持ってもらうために沐浴体験も取り入れました。



妊婦ジャケットもつけてもらって
ママの大変さを少しわかって
もらいました！

門川町の保健師さんから、生まれた後の赤ちゃん訪問のことなどお話ししてもらいました。ぜひまた、赤ちゃんと一緒にひだまりハウスにいらっしゃってくださいね！