

すくすくおっぱい通信 第41号

令和7年 11月号

秋もいよいよ深まり、紅葉が美しく色づいてきました。朝晩の冷え込みも増してきていますが、体調を崩したりしていないでしょうか。

今回は令和7年6月より開設された助産師外来についてご紹介します。

助産師外来は、妊娠35週の初産婦さんと希望される経産婦さんを対象とした1回45分の外来です。妊娠中から出来る出産・産後に向けての心身の準備についてアドバイスいたします。ご主人も一緒にお話を聞くことができるので、実際にお産の時にどんな体勢で陣痛を逃すとよいか、ご主人にはどんな風にマッサージをしてもらうと良いかを試して準備することもできます。また、退院後に自宅でお母さんのためにご家族ができるサポートや、地域の産後サポートについて情報提供も致します。どのような出産したいのか、母乳育児についてどのように考えているのかなど、妊婦さんの声を聞かせて頂き、不安を少しでも解消し出産・育児に主体的に臨んで頂けるよう援助することが助産師外来の目的です。



実際の助産師外来の風景



赤ちゃんの心臓の音を聞きます。
希望があればスマートフォンで
録音することができます。



赤ちゃんの人形を使って
抱っこやおむつ交換の練習が
できます。

実際に助産師外来を受けたお母さん達からは「話を聞いたことが産後に役に立った」「入院中の授乳について事前にもっと知りたかった」などの声が届いています。おひとりおひとりの「聞きたい」「知りたい」「やりたい」ことに合わせてお話しさせていただきます。気軽になんでも質問してください。

私たち助産師も皆さんと直接お話する機会を楽しみにしています。