

家族にとって

お母さんの笑顔が一番!!



私は助産師として病院に勤務し、出産のお手伝いや
妊婦さんや産後のお母さんと赤ちゃんのケアや指導をして
います。そんな私も母親、仕事に家事に育児に、毎日
あっという間に過ぎていきます。

そんな私が8年前、年子で出産した二番目の長男が6ヶ月を
迎え、早めの仕事復帰が間近に迫った時のこと。

身体がきつい… 肩や首や腰が重い… 夜の授乳で寝違えたかな
それでも日常は続いています。長男をおんぶし、2歳の長女を
抱っこし買い物へ、仕方がないか、育児ってこんなものだろう、
みんなも頑張っているんだもの…、そんな思いの中、身体は
どんどんきつくなり、なんだか首も回りにくくなってきた時に、
思い切って西加治エサンの施術を受けに行きました。

問診では、痛みや不調の訴えや身体の状態を確認すると
共に今の生活状況(子どもの年齢や抱っこの仕方など)を丁寧に
聞いてくれました。

そして、「こんなにガチガチになるまでよく我慢しましたね、
頑張りましたね。」と声をかけてくれました。それから何度か
施術を受け、家でできるストレッチなどのセルフケアを教えて
もらいました。

身体が楽になると、心に余裕が出来ました。家の中の笑顔が増えました。

産後のお母さんは、自分の事よりも我が子のために、家族のためにと頑張ります。自分の事はずいぶん後回しになり、自分の為に時間やお金を使うことに罪悪感を持ってしまうお母さんもいます。そんなお母さんには、自分のためだけではなく、大切な我が子のために、家族のために、頑張るすぎないことが大切だと伝えたいです。

身体がきつい、朝起きたら首や肩、腕に違和感がある。そんな時は我慢せずに早目に相談して下さい。

施術を受けること、それは自分の身体と向き合い、自分を大切にすることです。一人でも多くのお母さんが、楽な心と身体で楽しい育児が出来ますように、私も応援しています。

助産師 S.S