

助産師 3 名が仲間入り！

4月から5B 病棟に新しいスタッフが増えました(^^)



富田美紗子

岐阜県で3年間助産師をして、4月から市民病院で働いています。その人らしく、自然で満足のいくお産がお手伝いできる助産師を目指しています。まだまだ不慣れで未熟なわたしですが、一生懸命頑張ります。よろしくお願いします(^^)

山口香織

4月から助産師として働いています。お出会いする産婦さんに安心して過ごしてもらえるように頑張ります。よろしくお願いします。



今津瑞紀

まだまだ分からないことだらけですが、一年目らしく元気よく頑張ります。よろしくお願いします。



安産への近道！

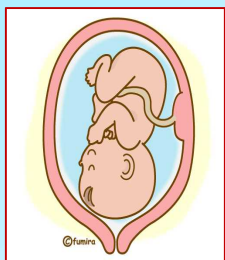


安産には、あなた自身が体づくりをしていくことが大切です。助産師通信では、シリーズで安産のための日常生活のポイントを紹介します。

今回は、**骨盤をゆがめない生活** について紹介します。

なぜ、骨盤をゆがめない生活が大切なのか？

骨盤は、お産の時に赤ちゃんの通る道（＝産道）になるからです。産道がゆがむと赤ちゃんが通るのに時間がかかり、難産になりやすいです。



日常生活の中でできることは？

- ・足を組んだり、横座りをすると骨盤がゆがむので避けましょう。
- ・助産師外来では骨盤ベルトの付け方、マタニティヨガでは正しい姿勢についての指導を行っています。

ぜひ、**助産師外来の受診**や**スマイルママ**に参加しましょう。

