

「親になるということ」〈親支援〉〈妊娠・出産・育児支援〉

Chiyoiroちよいろ助産院

代表：高橋 智恵
住所：佐久市岩村田
電話：090-6132-5548

助産師としての産前、産後のケアはもとより、妊娠時からの両親への支援、メンタルケア、食べものからアロマ、ヨガなど地域での啓蒙活動を展開している。

活動内容

『アロマな茶飲み友達の会』

癒しだけではなく、生活の中に少しずつ天然を取り入れることでより健康的な生活を応援しています。
お掃除やお洗濯、台所で使う洗剤の見直しなどをご提案しています。健康は家庭から。

『冷えた身体を温める講座』

昔から冷えは万病のもとと言われます。低体温が身体にどう影響するか、小中高校生の性教育の中でも話しています。

『抱っこの教室』

少しのコツを知っていたり道具を代えるだけで少しか育児が楽になりますよ。
そして、おんぶも必要！おんぶこそ無くしてはならない日本の文化です。

『ちよっくらクック』

今失われつつある多世代交流。ご近所のおばちゃんが若いママ達に家庭料理を伝授。この教室の名前も多世代語の組み合わせ。

『和食まんまの会』

和食のプロが出汁の取り方から教えます。人間の一番の基本となる食事。
家庭で簡単にできる和食作りをする中で、母乳にとっても和食が良いことや、取り分け離乳食の作り方なども伝えています。



＝助産院より＝

このような活動に参加して頂きながら、コミュニティを作り、参加して下さる方やそのご家族やお友達などの悩みや不安を医学的根拠をもって軽減や解決に向かうようケアをしています。
ご来院頂いている方は老若男女を問いません。