

産後ケアはしんどくなってからでなく、 しんどくならないように受けてほしい。 出産や育児の日々が 幸せなものになりますように

子育て ホッと コラム

はじめまして。自宅訪問型産後ケア・ベビーマッサージ『メルシーベベ』の産後セラピストのあつこ申します。

15年前の7月13日11時5分、私はママになりました。赤ちゃんを産んだらすぐに体が楽になるのかと思っていたのに、痛いところだらけ。座ることも歩くことも辛くて普通にできない。おっぱいだってすぐに出て、おいしそうに飲んでくれるのかと思っていたのに、カチコチになるだけで出てこない。赤ちゃんは泣いている。自分はこんななのに、隣のママはできているように見える。

そんな状態で産後3日目のお昼すぎ、「おめでとうございます♪」と言って笑顔で産院から見送られました。わからないことがわからないまま、小さい小さい、でも大きな存在を抱きしめて、泣きそうになりながら家に帰ったことが忘れられません。

こうして始まった赤ちゃんのいる暮らし。赤ちゃんはかわいいはずなのに、家族がいて幸せなはずなのに、自分が望んだ世界なはずなのに。数ヶ月後、赤ちゃんにおっぱいをあげながら、泣いている私がいきました。「お母さんもやってきたんだから、私も頑張ればできるはず！」

「みんなできてるんだから、私にもできるはず！」勝手に涙が流れるほどのSOSに自分自身が気づけず、それどころか、「まだまだ頑張れてない！」って、自分にダメ出しして、私の心はすっかり空っぽになってしまっていました。

そんな時、「赤ちゃん見といてあげるから好きなことやり！」と、友達が赤ちゃんを預かってくれたり、「おかず作ったし、届けに行くわな」と、お母さんが来てくれたり。すると、私の心は少しずつ満たされて元気になっていきました。

赤ちゃんがかわいく思えるようになりました。幸せだなあと思えるようになりました。あの時、私に差し伸べられた手がなかったら...

次は私がその手になる番。恩送り。

「まだがんばれる!?」「もつとがんばらなくちゃ!」「いやいや、もう十分、大仕事をしました!」自分のおなかの中で命を育み、この世に送り出す大仕事。だから、お母さん、これからは上手に甘えてください。

母さんが甘えてくれたら喜ぶ私たち産後セラピストが待っています!

産後ケアはしんどくなってから受けるんじゃない。ママがしんどくならないように受けてほしいんです。ママが空っぽだったら、ママが大切に想う家族に与えてあげられないです。

子育てや家事は切れ目のない日常。その日常が心地よくめぐり、出産や育児の日々が大切な幸せなものになるようお手伝いさせていただきます。

ベビーマッサージと家事代行のどちらも兼ね備えた、私たち産後セラピストができること。

●お母さんのこと

ゆつくり寝たい!
ゆつくり食べたい!
しゃべりたい!

一人で出掛けたい!

お母さんの「〇〇したい!」を聞かせてください。ハンドリラクセッションのお手当てもできます。

●赤ちゃんのこと

沐浴、オムツ替え、授乳、抱っこなど

●ごきょうだいのこと

遊び(室内、屋外)、送迎(徒歩)など

●家事いろいろ

料理、掃除、洗濯など

抱っこされた時に赤ちゃんが見せる安心の表情は、やつぱりお母さんがピカイチです。でも、一人で頑張らなくて大丈夫! お母さんのご機嫌、元気ないのちの輝きが家族にめぐり、自分らしさ満開のご家族でられますように。

※行政区によってお手伝いできる内容に限りがありますが「産後家事支援制度」があります。お住まいの町のホームページなどからぜひ活用ください。(産後セラピストは吹田市の業務委託を受けています)



メルシーベベ
MERCI bébé

お問い合わせ・お申し込みは
公式LINEよりお気軽にどうぞ



Homepage



公式LINE

関西エリア
私たちがサポートします



大塚 じゅんこさん



大塚 あつこさん



大塚 いくえさん

