

PRISTINE baby

守りたいのは、子供たちが育つための未来

思いもよらぬ妊娠、出産…その後、もうすぐ10ヶ月がたとうとしています。
おかげさまで妊婦生活はもちろん、出産後も母子ともに元気いっぱい何事もワクワク楽しんでおります♪
出産～そして～産後、現在の子どもたち、そして私自身の『これよかったあ～』をレポートします。



アロマセラピスト
石原 裕美

- ・日本エステティック協会認定
- ・トータルエステティックアドバイザー
- ・CIDESCO国際認定エステティシャン
- ・IFA認定アロマセラピスト
- ・日本アロマ環境協会(AEAJ)インストラクター

よかったあ～ 助産院での出産

出産までの検診、助産師さんからの丁寧で実践的なアドバイス、出産前の妊婦教室でのお勉強会はともありがたかったです。出産日の前日まで、いつもどうり仕事をさせてもらって検診日も忘れてしまうことも何回か…そんな私にやさしく指導してくださった助産師さん、ありがとうございました。

助産院について1時間ほどの出産でしたが、妹家族たちも間にあって、3歳の姪っ子は耳がたよよ！がんばれ！などの声援の中、にぎやかでした。パパが臍の緒をきり、みんなで胎盤を食べ、色々経験できましたよ。

女性には本来、子どもを産む力が、そして赤ちゃんには生まれてくる力が備わっていることが体感できた気がします。正常な妊娠・出産であれば、自分の力で産んだという達成感、家族みんながこの世に命が誕生したことを肌で感じられる助産院を選べたこと、よかったなあ～と思います。

食事は入院中の楽しみ♪旬の野菜・お魚を使用し、汁物、ご飯(玄米入り)の和食でおっぱいにもいい、安心の食材調



布ナプキン(ホルダー&パッド)
使い捨てではない、洗って繰り返し使用できる、ふんわり布ナプキン。たっぷり吸収するナプキンは防水ホルダーにはめて使用します。
オーガニックコットン100%
<防水シート> ポリエステル、ポリウレタン
¥2,700(税込)



味料を使ったお料理はとっても美味しく、カラダの回復にとてもよかったです。これからの毎日の食事の参考にもなりました！

産後のおっぱいケアには助けられました。大きなトラブルはなかったのですが、寝不足で少し詰まり気味になったときはサトイモの粉を溶いた湿布の使い方を教えてもらいました。これはおっぱいのつまりだけでなく使えます！産後も何度でも相談できる助産院はほんとうにありがたい存在だと思います。

よかったあ～ 産前産後の布ナプキン

妊娠前からもちろん布ナプキンは使っていたので、冷え取りと産後の悪露の時期には大活躍です。産後は骨盤が開いている状態なので、紙ナプキンのポリマーなどの化学薬品が体内にいつも以上に入りやすいようです。産後数日の出血が多い時は、紙ナプキンを1枚下に敷いて使いました。
この冬さらに、カラダが暖かいのは布ナプキンのおかげかと思えます。



綾 W ガーゼ前開きパジャマ
分量感たっぷりの目が粗く柔らかいガーゼで、通気性がよい上に温もりがある生地で、一度着たら手放せなくなります。
オーガニックコットン100%
サイズ/M、L メンズもあります。
¥22,680(税込)

よかったあ～ 産後のパジャマ

普段は何を着ても3秒で夢の中の私なのでオーガニックコットンパジャマはもったいないかなあ。という感じですが、産後24時間パジャマの時はほんとうに自分にも赤ちゃんにも優しい肌触りと心地よさをたっぷり感じました。快適な産後必須アイテムです。

よかったあ～ いいこといっぱい『布おむつ』

今回の『布おむつ子育て』は前回より楽しんでます。お姉ちゃんたちもトイレに連れて行ってくれられるので6ヶ月頃からニコニコでトイレに座ってました。6年生のお姉ちゃんも夏休みの自由研究で、『紙おむつと布おむつのちがいを』を調べてました。布おむつで育った私たち世代の人は、1歳過ぎた頃にはおむつが取れてましたね。今は平均3、4歳？1、2年の違いは資源の問題、経済的な側面から見ても大きな問題！紙ナプキンと同じで垂れ流しの刺激もけた違いか感じます。

よかったあ～ 酵素食品摂取を

1日一定量、こころがける

今の季節だとほうれん草、小松菜とみかん、バナナ、豆乳などのフレッシュな酵素ジュース。足りないかなあ～と思ったら、酵素ドリンクや青汁でサポートします。腸の元気を少し意識すると、色々な面のバランスを取ることができると思います。

よかったあ～ みんなにまかせろ

お姉ちゃんやいとこに囲まれて、お風呂に入ることもしばしば…おぼれかけてもにっこり立ち上がってきます…。そんなことで泣いてたらやつていけないわあ～と。昔は、兄弟も多くてみんなそんな感じだったのでしょね。



赤ちゃんのデリケートなお肌には農薬や化学肥料を散布せず、健やかに育ったオーガニックコットンが最適です。PRISTINEのオーガニックコットンは原綿そのものの潤いを保った無染色だから、やさしく赤ちゃんを包みます。全ての製造工程において日本の誇る職人技術にこだわり、細かい工夫と安心の縫製。毎日が気持ちよく、赤ちゃんのためだけでなく、赤ちゃんの育つ未来を守ることに繋がります。



ドビー織り型オムツ5枚セット
ポコポコとふくらみのある表情のドビー織りのわ型のオムツができました。昔から赤ちゃんのおむつに使われている組織で、やわらかく吸水性があり、乾きやすいのが特徴です。
オーガニックコットン100%
36cm×80cm ¥5,400(税込)

PRISTINE FRIEND SHOP PENSEE
株式会社ヴァンサンカン
愛媛県松山市二番町4-2-18
11:00～19:00 / 木曜定休



最近、トイレで気持ちよくおしっこうんちも失敗せずに一日過ごせる日もふえたね～♪



季節の無農薬野菜に暖かみかんもたっぷり使った酵素ジュースで腸元気!! いいおっぱいもですよ～!



初めての夏キャンプでは海に川にプールにお姉ちゃんたちにひきずりまわされて鍛えられたね。



遊びも、お風呂も、ごはんもみんながワイワイガヤガヤ!! はげしく楽しくお風呂もおぼれかけても大好きです♡

まつやま助産院

まつやま助産院では、母子の安全を最優先にしながら、産む人の希望を大切に、自分らしい自然なお産達成のお手伝いをしています。助産師が「正常な妊娠・出産・産後」のお手伝いを致します。
どの人にもその人らしいお産のドラマが待っています。自分らしいお産を探してみよう! 「私が産んだ」という達成感を味わい、自分に自身を持ち、これから始まるエンドレスな「育児」へ元気に出発しましょう!

愛媛県松山市中一町2-1
Tel.089-945-6671
HP <http://himejyo.jimdo.com/>



まつやま助産院では、自分らしいお産をするためにフリースタイル出産(水中出産含む)、自宅出産、家族参加もできます。