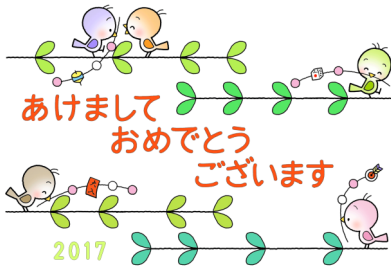




Message for mum & your baby from Luna

第8巻第10号
2017/1/8

恒例、スタッフ年頭の思い



今年は、いよいよ1番下の子も保育園を卒園し、小学生になります。思い返せばこの10年、何事も長続きしない私が、よく（送迎を）続けられたと感慨深いです。もちろん、私1人の頑張りだけではなく、母やファミリーサポートの方々、保育園の先生方、そして子ども達自身など、多くの方に助けてもらっての10年です。何気ない毎日でも、多くの方に助けてもらっているという感謝の気持ちを忘れず、送迎がなくなることで生まれる朝夕の20分、有意義に使えればと思います。今年もどうぞ、よろしく願いいたします。

米山 玲

ルナに関わらせて頂いた当初、赤ちゃんだった上の双子はもう6年生、そして下の子は2年生になります。こうして振り返ってみますとルナと共に、助産師としてまた親として、一緒に成長させてもらってきた月日の尊さを感じずにはられません。のんびりとマイペースで目の前のことに精一杯になりがちな丑年の私、牛そのものであります(^_^);

今年は酉年、鳥はパタパタッと素早く羽ばたくイメージがありますので、鳥にあやかりまして次のステップに向け考え行動にパタパタッと移していくことができるよう頑張っていきたいと思います。家庭面では思春期突入男子たちの子育てを楽しみ、娘に癒され、猫と夫&淡水魚たちと仲良く、今年一年乗り切っていきたいと思います。

江坂 まや



2017年の抱負は「ていねいに料理し、ていねいに食べる。」です。

佐藤初女さんの『限りなく透明に凜として生きる』を再読し、そう思いました。

また、ルナスタッフの作る多彩で美味しい食事に感化され、私も腕を磨こうと思ったからです。

そして、よく噛んで味わうこと、毎食の挨拶「いただきます」「ごちそうさまでした」をしようと思います。

お米の一粒一粒をつぶさぬよう、口に入れた時にふんわりほぐれるようなおむすびを握れるよう。

ブロッコリーは、緑が鮮やかに透明になる一瞬に茹で上げるよう。何事もていねいにていねいに。 島崎 栄子

2017年、新しい年がスタートしました。Lunaは、東大泉に移転して2年が過ぎようという年です。産後ケアをスタートし、練馬区の産後ケアの受託事業者になり、Lunaの活動も変化してきました。スタートした事業をしっかり行いながら、活動を外にアピールし、拡げていきたい年です。

我が家としては、長女と次女が受験生です。新しい世界に向かって頑張る2人を親は見守るしかありません。これまでも「お母さんがやりたいことだから、頑張れるんだよね」と応援してくれました。さて、小学生の三女の書初めのお題は「進む勇氣」。私も一緒に書初めをし「強い思い」と書きました。進む勇氣と強い思いで、今年も前向きに「頑晴る」1年にしたいです。

佐々木 美幸

皆さま、新年、いかがお過ごしでしょうか？

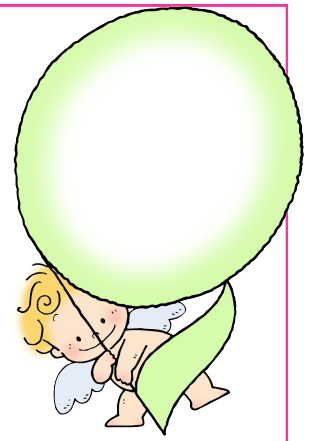
昨年、赤ちゃんを迎えた皆さまはにぎやかな、そして、今年、新たに赤ちゃんを迎える予定の皆さまは楽しみを胸に、わくわくの一年の幕開けとなったのではないのでしょうか？

元旦、初詣に行っておみくじを引きました。おみくじの筒をじゃらじゃらと振って出てきた棒に書いてあって番号は壱番！ん？これはもしかして・・・と期待に胸膨らませ、巫女さんに番号を伝えて受け取ったおみくじは予想的中！！大吉でした～！！

このおみくじと皆さまの声と笑顔を心の支えに、この1年、頑張ります！！ 箱田 和香子

お正月早々、実家の母の体調が悪く入院してしまいました。
母と同居していた姉も手術で入院とのことで、
お産を抱えていて東京から離れられない私に代わって
夫が実家の雪かきと留守番に行っています。
少し悲しくて仲間の助産師にこぼしたら「みんなお母さん好きだよね～」とあたたかい
共感の言葉。

「そっか～この歳になってもお母さん好きなんだ、わたし！」と今さらながら。
なんだか気恥ずかしいような、でも少しうれしかしら。
助産師をしてうれしいな～と感じる瞬間は赤ちゃんたちが、必死にお母さんにしがみつ
き、突進し、かぶりつき、、、無心に慕う、慕われる母子の姿を目にするとき。
もちろんその姿の裏には文字通り、双方の血のにじむ努力があるのですが
人の原点に携わるこの仕事、やっぱり好きだな～と感じています。
ルナのみんな、おばさんになっているけれど、それぞれお母さんが好きな仲間です。
2017年、世界中のお母さんとお母さんを想う人が幸福でありますように！



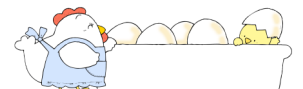
渡辺 愛

今年は酉年。実は年女

いつの間にか、こんな歳となりびっくり。助産師として長く地域で働くことも予想もしていなかったのが事
実。意図していたわけではないけれど、その時その時の選択、間違っていなかったのかと思うようなこの頃で
す。「酉」には「果実が熟してきた状態」という意味もあるそうです。そこから「蒔いた種が育ち、実り、刈
り取る時期」「いままでの努力が報われる時期」ということにもつながるとか。みなさんにとっても「実り」
の年となりますように。私は「刈り取る」ことも考える年齢。まわりの人に感謝しつつ

山本 あき

2017年 2月の予定



日	月	火	水	木	金	土
			1 タッチケア	2 ベビーヨガ マタニティヨーガ	3 SANGOさろん ストレッチヨガ	4 おしゃべりたち
5	6	7 おしゃべりさろん SANGOさろん	8 タッチケア	9 アフターヨーガ マタニティヨーガ	10 SANGOさろん ストレッチヨガ	11
12	13 骨盤相談	14 育児&授乳相談 SANGOさろん	15 タッチケア Lunaフラ	16 アフターヨーガ マタニティヨーガ	17 SANGOさろん ストレッチヨガ	18 おしゃべりたち
19	20 ママ&プレママ マッサージ	21 赤ちゃん開放広場 SANGOさろん	22 タッチケア	23 アフターヨーガ マタニティヨーガ	24 SANGOさろん ストレッチヨガ	25 乳離れ講座
26	27	28 SANGOさろん				



おねがい

☆ クラスを予約していても赤ちゃんの体調、赤ちゃんとのおでかけはお天気にも
左右されるので、やむを得ずキャンセルということもありますが、
そのときはぜひ、ご一報ください。
電話での連絡でも大丈夫です！！

助産所ねりじよはうすLuna

練馬区東大泉6-32-11

電話 03-6904-4321

for Women and the Family 助産師によるケアとサポート

<http://www.nerijo-luna.com>