



# 姉妹の産後ケア 母子共に健やかに

山口陽代さん(53) 栃木県・小山教会

林永珠さん(50) 東京都・目黒教会



栃木県小山市にあるリラクゼーションサロン兼助産院「りらく'sはと♡むぎ」。妊娠中だけでなく、出産後の母親の心身をケアする施設だ。山口陽代さん(53)がオーナーを務め、助産師の資格を持つ妹の林永珠さん(50)と共同で運営している。

開業したのは一昨年。都内の助産院に勤めていた林さんが「助産院を開業したい」と山口さん夫妻に相談したのがきっかけで、それに応えて山口さん夫妻が自宅の一角を提供してスタートした。施設名は、平和の象徴であるハトと、市の名産品のハトムギをかけているという。核家族化が進む中で、周囲からの支援を受けられずに産後うつを患ったり、過度なストレスを抱えたりしている母親が多い。そのため国は自治体を通じて、出産後一年以内の母子が穏やかに過ごせるよう、産後ケア事業を進めている。「りらく'sはと♡むぎ」は自治体の委託を受け、その事業に取り組み。現在は県内八つの自治体と契約しており、毎月、二十組以上の母子が訪れる。

産後のだるさや疲れを抱えた母親たちに、アロマセラピストの資格を持つ山口さんがアロマトリートメントを<sup>ほどこ</sup>し、林さんが子育ての相談に応じる。それぞれの得意分野を生かし、母親にリラクセスしてもらうのだ。二人

で用意した栄養たっぷりの食事も好評を博す。二人が母子とのふれあいで心に置いているのは、立正佼成会での学びだ。山口さんはサンガ(同信の仲間)との交流で学んだ通り、「自分の物差しで相手を見ずに、あたたかな心で寄り添うような心がけています」と語る。林さんは、「自分よりわが子を優先して愛情を注ぐママさんの姿は<sup>ぶつしよう</sup>仏性そのもの。どんなことも否定しないようにしています」と話す。

産後ケア事業は自治体によってサービスの差が大きい。二人は、どの地域でも母子が十分なケアを受けられることを願って、行政の職員と意見交換を重ねている。また、母親たちの声に耳を傾け、セルフケアやベビーマッサージの方法などニーズに沿ったサービスも提供する。母親の心身が安らぎ、子どもが健やかに成長できるよう、二人はこれからも<sup>せつぎ</sup>切磋琢磨し続ける。



りらく'sはと♡むぎ  
〒323-0028  
栃木県小山市若木町 3-3-2  
電話 0285-22-4555  
Instagram: @relaxs.hatomugi

\*立正佼成会経営者サンガネットワーク「六花の会」  
<https://rikkanokai.jp/community/>  
3月1日から上記ウェブサイトでもこの記事がご覧になれます。

