



## 助産師によるオンライン・電話相談の風景

妊婦の方の疑問や不安について、助産師が相談をお受けします。

### < 実際の相談内容 >

コロナ禍で立ち会い出産ができなくなりました。陣痛室での過ごし方をイメージしたい。準備しておくといものはある？

病院の両親学級も中止になっていて、あまり学ぶ機会がなかった。出産、産後の準備ができているのか漠然とした不安があります。

座っていることが多くて足がむくみがちです。日常生活での工夫はありますか？

産休に入りました。眠気が強く、やる気が起きません。こんな感じで大丈夫なんでしょうか…



### < 利用された方の感想 >

- なかなか助産師さんとじっくり話す機会がなかったので良かった！
- 聞いてみたいと思っていたことは全部聞くことができました。