



産前産後のケアハウス

**エナ・助産所**  
Ena Maternity home

エナ・助産院では、妊婦相談・  
母乳育児相談・産後の心のケ  
ア・産後デイケアの他、すべての  
世代の女性を対象とした、心と  
からだのケアをおこなっています。

南風原町津嘉山836-10 2F  
☎090-1347-0341



エナ・助産所 🔍 検索

ワークショップの様子



参加した小北さん(右)「自分だけのオリジナルデザインにでき、好きなようにアレンジできて楽しかったです」と話しました。



ジンバイザメとウミガメデザイン



シーサーと首里城デザイン

まずは自分を  
満たすことから

活動当初は平日フルタイムの  
仕事をこなしながら、土日のイ  
ベントに向けて寝る間を惜しん  
で準備をしていました。「家族が  
笑顔になるためにやっているの  
に、睡眠不足からイライラして  
しまい、これではダメだな」と反  
省。まず自分を満たすことを重  
視しました」と話しました。  
そんな町田さんの好きな時  
間は、カフェでの1人時間。「人  
に頼ることが苦手で、以前は旦那  
さんに子どもを預けて美容  
院に行くこともできなかった  
私ですが、今ではカフェで自分  
だけの時間を過ごし、リフレッ  
シュすることが新たな楽しみ  
になりました」と笑顔で変化を  
教えてくれました。

妊娠中からの  
繋がりを

ワークショップに参加した  
お母さんたちとの会話から  
「1人目の産後に知らないところ  
へ飛び込むのはお母さん達にと  
ってハードルが高いことに気づ  
きました。そこで、妊娠中のお母  
さんたちと一緒に『エコー写真の  
アルバム作り』をしていきたい」と  
今後の目標を教えてくださいまし  
た。「アルバム作りが楽しく、簡  
単にできることを知って欲しい、  
またお母さん同士の繋がりを  
つくりたい、情報共有もできる  
ようにしたい。お母さんたちに  
安心して産後を過ごせる環境を  
つくるように、支えになれる  
環境をつくらせていきたいです」と  
語りました。

プレママさんみてね

NIJIROBABY\_SAYAKA

子育て情報 お子さんと安心して遊べます。パパもママも気軽にお越し下さい。

子育て支援センター

今年度よりあらたに一カ所増設しています。  
詳細は各HPをご確認ください。

- 宮平保育所内 ふくぎの家
- 津嘉山保育園内 たんぽぽ広場
- 兼城保育園内 がじゅまる広場
- よはな第2保育園内 つぼみの広場(新設)

町の相談支援 (問) 国保年金課 健康づくり班  
☎889-7381

出産や育児に関する困りごとがあれば、お気軽にご相談ください。

子育てサロン

(問) 南風原町社会福祉協議会  
☎889-3213

町内3カ所およびちむぐくる館で開催しています。  
詳細はHPをご確認ください。

- 新川サロン 毎週火曜日 10時～12時
- 兼城サロン 毎週木曜日 10時～12時
- 照屋サロン 毎週金曜日 10時～12時
- ちむぐくる館サロン 第2か第3水曜日 10時～12時



町内の輝く人にインタビュー

世界にひとつだけの親子手帳づくり

虹色baby代表(手足型アート講師) 町田 さやかさん



5月18日、南風原町津嘉山にあるエナ助産院にて、「ママが作る親子健康手帳カバー作り」が行われました。  
講師の町田さやかさんは滋賀県出身。平成24年に看護師として半年間働くつもりで来た沖縄で、パートナーと出会い結婚を機に定住。看護師の仕事に加え、約4年前から手足型アートの講師としての活動をスタート。現在は、6歳と4歳の2人の娘と家族4人で暮らしています。

余裕のない子育て  
残したい

日々奮闘の子育ての中で、「子ども、そして自分が生きていることが奇跡」と感じるようになり、家族のアルバム作りや子どもの成長を記録することへのめり込みました。その一環として手足型のスタンプにも挑戦。アルバムをみた家族にも喜んでもらえ、それがとても嬉しかったそうです。  
第2子の育児中には、ベビーマットのイベントに参加してみたり、ワークショップを開催する他のお母さんたちと知り合う中で、「私にできることで、人に喜んでもらえることをしてみたい」と、手足型アートのイベントを始めました。

生きていく奇跡を  
残したい

第1子の産後は、自身の体調不良にも苦勞し、今ふりかえると「産後うつだったかもしれない」と話します。「旦那さんが一緒にいないと心配で外出もできませんでした。初めての育児は自分と子どものことで精一杯で、支援センター等の情報を知ったのも仕事復帰前のことでした」と教えてくれました。



ファーストカットアート  
初めてのカット記念を可愛く残せます☆



オリジナルポーチ  
カバン等、布製品も作れます。



キーホルダー  
プレゼントにも喜ばれます♡