

みんなが笑顔になるおうち

## コミュニティスペース ややのいえ

### 可能性がいっぱいです！

ややのいえをひとりで説明するのは難しいです。なぜなら、お一人おひとりの願い事から生まれる必要と思うものを何でもやってみるからです。いつもわくわく楽しくて、可能性がいっぱいのおうちです。

そして、これらの活動がみんなが幸せと感ずることができコミュニティヘルスのあるまちづくりの一つにつながっていければと思います。

### あたたかい団らんのあるおうち

実家に帰ってきたような空間です。気軽に遊びにいらして下さい。

いろんな方と一緒に楽しくおしゃべりしましょう！

楽しかったこと、うれしかったこと、時には辛かったこと、困ったことなど何でも。気持ちを共有したり、先輩からのアドバイスもあるかも。

最後はガハハと笑って気持ちがスッキリします。

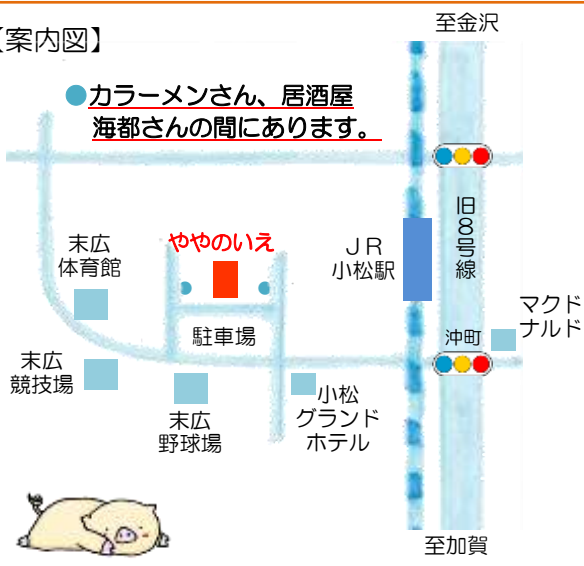
### ひとりの人として出会う場所

子どもも若者も大人もお年寄りも、病いや障がいを抱える人もあなたはあなた、ひとりの人として出会い、過ごして頂けることを大切にします！



ややのいえではたくさんのぶたがお出迎えしてくれます。主がこよなく愛するぶたちゃん達も癒しのお手伝いです。どうぞ、お茶を飲んでごゆっくりなさして下さいね。これは、キャラクターの“そらぶた”です。

### 【案内図】



### 【お問い合わせ先】

#### コミュニティスペース ややのいえ

代表 榎原 千秋

〒923-0945 石川県小松市末広町 88 番地

TEL : 0761-48-4988

FAX : 0761-48-4977

メール : chiaki@sorabuta.com

HP : 空とぶブタの冒険

<http://inochi-network.seesaa.net/>

## コミュニティスペース ややのいえ

末広町 88 番地にあるこのいえは  
きっと末広がり(かみしも)にいいことがあるはず！

88 のやや(かみしも)は子供のやや

ここに訪れてくれる人みんなが  
このころの (かみしも) 絆 を脱いで楽になれますように・・・



# ちひろ助産院

# 暮らしの保健室

# おまかせうんちッチ

—おかえりなさいが似合う、  
実家のような助産院です—  
すべての女性のこころとからだのリラックスを応援します

## 1. 出産前

- 出産前の健康なからだ作りに関するご相談
- こころとからだのセルフケア

## 2. 産前

- 妊娠中のご相談
- ご主人と共に学んで頂く両親学級  
※家庭と同じ環境で学べます。
- 妊婦さんにやさしいお料理教室
- 出産前の不安な時間を一緒にします。



## 3. 産後

- 赤ちゃんの体重増加のこと、おっぱいのこと、沐浴のことお気軽にご相談下さい。  
※赤ちゃんと一緒にいらしてください。体重測定はいつでも無料でお測りします。
- 少しからだを休めたい時、産後の不安を解消したい時は日中ステイ・一泊ステイ・訪問プランをご利用頂けます。助産師・看護師によるケアを受けられ安心して過ごして頂けます。
- こころとからだのリラックス  
(ボディケア&フットケア&アロマ) ※準備中

## 4. 更年期でお悩みの方のご相談

【開業時間】月～金の 10 時～16 時

※おっぱいマッサージ・個別相談は事前にお電話  
又はメールにてご予約ください  
時間外の対応もしています。



【スタッフ】院長：榊原 千秋  
その他：看護師 1 名  
嘱託医：恵愛病院院長 園田 保夫先生

暮らしの保健室では、あなたが疑問に思うこと、誰に相談すればいいかわからないことなど、地域の方々の暮らしや健康、医療、介護のご相談をお受けします。



お気軽にお茶を飲みまいらして下さい。  
暮らしの保健室のご利用は無料です。

おまかせうんちッチは

排泄について気軽に相談ができる窓口です。

赤ちゃんからお年寄りまで、すべての人が気持ちよく排泄できることを応援します。  
お子さんのおむつ外しやトイレトレーニング、おねしょ、若い女性の便秘、産後の女性の尿失禁、高齢者の尿失禁や頻尿、おむつの選び方、排尿障害や便秘の予防、排泄の介護のこと等、排泄のことなら何でもご相談下さい。

### 【業務内容】

1. POO マスター養成セミナーの開催 (医療保健福祉専門職)
2. POO 伝ジャヤー養成セミナーの開催 (一般市民)
3. 食育&便育教室 (乳幼児を子育て中の親子、保育園、小学校、中学校、高校、大学生、妊産婦)
4. 失禁・便秘予防教室の開催  
(中高年女性、中高年男性、大学生、妊産婦、高齢者)
5. らくらく排泄ケア教室  
(要介護高齢者と介護者、医療保健福祉従事の専門職)
6. 食と排泄の総合相談窓口の開設
7. 排泄用品の展示及び販売
8. 排泄関連の商品開発

※排泄用品の展示はご自由にご覧いただけます。  
排泄の専門相談は、要予約です。

### 【顧問研究員】

- 理化学研究所 腸内細菌研究の第一人者 辨野 義巳先生
- 絵本作家 子どものトイレ研究者 村上 八千世先生
- 金沢大学泌尿器科准教授 溝上 敦先生
- さいたま新開発クリニック 排便障害 神山 剛一先生
- 金沢大学薬学部教授 荒井 国三先生

生まれた時からずっと「食べることと出すことは私たちの生きる基本」です。気持ちよく、はればれと、おおらかにおしっこしたり、うんこしたりすることは当たり前のことですが、いったん「おしっこが漏れる」「うんちが出ない」といった時には、誰もが口をつぐんでしまっている方が多くいらっしゃいます。尿失禁や便秘で困っている人は 3 人に一人といわれています。どうぞお気軽にご相談下さい。