

第7回 妊活・心理合同セミナーご報告

【開催日時】

6月17日（土）
14:30～16:30

【内容】

看護部：「ご夫婦の妊娠力を高めよう～運動～」
心理部：「不妊と夫婦の関係性について」

【ご参加頂いた方】

- ・参加人数・・・17名（内ご夫婦での参加 5組）

【頂いたご意見・ご感想】

- ・初めて聞く話で、とても勉強になりました。ありがとうございました。次回も出席させて頂きたいと思います。
- ・診療を受診することだけではなく、2人で、家で出来ることもあるんだと思った。夫婦のコミュニケーションのセミナーでは沢山思い当たる場所があって、いろいろと実践してみたいと思った。
- ・妊娠力がアップする方法として、ミトコンウォークや受胎気功といった比較的易しい内容で、これなら継続してできそうだと感じた。参考文献も紹介されて、読んでみようと思った。先日も妊活のことで喧嘩になったが、自分の意見を言うばかりではなく、妻の話を聴く、共感や労いの言葉をかけることを意識していきたい。
- ・今後の取り組みについて詳しいアドバイスを頂いたと思います。男女の脳の違いや考え方の違いにより、日ごろの会話にすれ違いが生じることが分かりました。この違いを理解したうえで、お互いこれからの妊活に生かしていきたいと思いました。
- ・主人がセミナーに参加してくれたのでとても嬉しかったです。自分の妊娠力の低さがこれまでの生活環境にある気がしていたので、ミトコンドリア、やってみます。「不妊と夫婦の関係性」→男女平等にどちらの気持ちも解説してあったので良かったです。自分たちでできていること、できていないことがあったので良かったです。今後に生かせると思います。ありがとうございました。
- ・今日のセミナーやNHK番組で取り上げられた「男女の考え方の違い」について、知ることができた。今回のセミナー受講をふまえて、違いについて理解し、意識して夫婦と一緒に治療に取り組んでいきたい。

- 今回一人で来ましたが、次は主人と来ようと思いました。伝え方1つで心のモチベーションも変わるんだなと勉強になりました。うちは2人とも「ごめんなさい」が言えず、ケンカが悪化するので…。今日頂いた資料をじっくりと見返したいと思います。ありがとうございました。
- 前回、夫婦でセミナーに参加してから、毎日食後30分の運動を夫婦でなるべくやれるようになり、気分転換や、日々の運動を続けられるきっかけになってよかったです。今日は1人で参加でしたが、夫婦で今後の治療やコミュニケーションのときに意識して、今回のセミナーのことも活かせたらいいなと思いました。男性の長期プロジェクトという考え方が初耳で考えさせられました。
- 妊活中の夫婦のコミュニケーション、どのように支えあっていくか、心の持ちようについてお話を伺いたいです。
- 男性の身体の原因の不妊について取り上げてほしいと考えます。
- ミトコンドリアの話は初めて聞いたので、とても参考になりました。ウォーキング実践したいと思います。ありがとうございました。
- 知らなかったことをたくさん知れて良かった。
- ミトコンドリアのことは初めて知ったのでとても勉強になりました。受胎気功も実践してみようと思います。心理セミナーについては、まさに今、自分が悩んでいることだったので今回参加させてもらいました。どちらが正しい、正しくないということではなく、お互いが思いやりをもって接していくことが大切だと改めて思いました。そこがなかなか難しいのですが…。頑張っていこうと思います。
- 大変勉強になりました。夫婦の関係性について、あるあると思うシーンで、どう考えるべきかという点が特に良かったです。
- ミトコンドリアや活性酸素について、以前から気になっていたもので、今日教えていただけ良かったです。最近、運動をさぼりぎみだったので。ミトコンウォークや受胎気功、ぜひやってみよう！とがんばろうという気持ちが出てきました。

- 「そんな言葉を待ってるんじゃないー！！（怒）」と時々イライラしてしまうことがありましたが、今日のセミナーで納得することがたくさんありました。主人からのサプライズ、きっとあるはず！と楽しみに待とうと思います。
- 妊活を始めてからこのようなセミナーをずっと受けたいと思っていたので、本当にうれしかったし、勉強になりました。お忙しい中、たくさん準備してくださって、本当にありがとうございました。
- 心理セミナーが長くて、妊活セミナーが短かったのが残念。妊活セミナーの方が興味があったので、もっと詳しく説明してほしい。心理セミナーの内容は、男性も参加すべき内容だと思ったので、男性も参加するセミナーにした方が良く思う。
- 男女の違い、勉強になりました。ありがとうございました。夫婦で頑張ろうと思います。
- 参加して良かったなと思いました。ただ夫と一緒に参加できなかったのが本当に残念でした。このようなセミナーをもっとたくさんしてほしいです。同じことで悩んでいる方はたくさんいると思うのですが、不妊のことは他の人にはなかなか言えません。そこで絹谷産婦人科に通われている人達と話をしたり、仲良くなれて、話をできる友達ができる時間があればいいなと思いました。

