



## プレママのみなさまへ (妊娠)

2025年6月出産のママより

これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

このたび「女性疾の発覚おめでとうございます!」  
ドキドキワクワク 今どんなお気持ちですか?  
たさんの不安やじ酔もあると思いますが、幸せな  
は、こりした気持ちがうまいのではないか...と思っています!  
私も女性疾中 この先輩ママからのお手紙に求められた  
ので私の手紙も誰かの目にちょとでもとまて勇気をあたえら  
れたらなあ...と思っています...☆☆

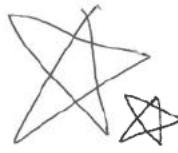
私は愛知県から引越してきて少し生活が落ちついた  
所、妊娠が発覚しました! そこでどこの病院がいいのかなあ  
と思っていた所ナナヤマレディースクリニックの赤ちゃんのキャラクターの看板  
を駆でみかけて気になってホームページにアクセスしました! 他の産院  
とも見比べましたか、素敵だなあと感じることかい多く予約  
をしました。多くても人気のクリニックなんだなあと実感しました  
なのですが、分娩もこちらでお願いしたりという気持ちにならず  
ました。スタッフの皆様がとても丁寧に毎回支えていて  
くださり安心して下さるので、フレマの♥♥♥も少し  
でも今 気になることや迷うことがあるのですが、相談  
してみて下さいね! お話をたくさん聞いて下さってアドバ  
イスして下さるので、話によけた...という気持ちになれます  
です...☆☆女性疾中 身体はもろんですか...気持ちが  
力なし不安定になるとと思うので、人でかかる周りの方を  
頼って下さいね♪ 応援しています!

ちょっとだけ先輩のママより  
ありがとうございました

しあわせ お・さ・ん  
NARAYAMA  
LADIES CLINIC



ナラヤマレディースクリニックの  
スタッフの皆様へ



2025年6月17日に出産いたしました 😊ママです！

初回の検診から「退院になります」とお聞きいたことに  
とても感謝しています。♡

私はとにかく口吐き“ありで”なにも食べてもすぐに口吐いてしまい  
身体ももちろんですが精神的にボロボロでした…（人日の日も不安定でしたが）  
上の子がいての2人目のつわりは休みたいときに休みない…上の子にも我慢  
させてしまっています…でも気持ち悪い…のレポートで涙が止まらず辛い思いを  
しました。その気持ちをとにかく下さって“今はママも休めて”  
“いいんだよ”といつて下さって入院を無理すめることもなく悟って下さって  
頼みます」と思いず世話をになりました。入院中もあい的中常に  
気をかけて下さり声をかけてくださったこと、一緒に涙を流して下さった  
こと忘れません…いつも（まんとう）に支えて下さって気持ちが楽になりました！  
また！ありがとうございます。

退院後も産まれるまで口吐きをくりかえしていましたが、1番大変な時に  
お世話になれたのが精神的には落ちついに上の子とも向き合えたし  
前向きにうなづくことができました。♡

妊娠後期も赤ちゃんの体重が少しあり?かな…といった感じ  
おしゃべりのようなものがきて不安もありましたが、その日も安心させて  
くれるような声かけをずっとしてくれたので、じぶん落ちついていました！

予定日より1日遅れて検診し、自分の覚悟がまだその日の夜に  
陣痛がきました。2回目の出産なのでもう少し冷静でいらすと  
思いましたが…また1回目とはちがう痛みの進むスピードが早いです  
すが、たまですかい。出産は今オセキ今今回も素直な経験ができます  
と思います。思いきり暴れまわっていましたが…笑 それでも上手  
上手です。元気張ってよーくと優しい声かけをして下さりありがとうございます。  
また2週間検診／（ヶ月検診とお世話をします）よろしくお願いします



ちょっと先輩ママから

## プレママのみなさまへ

( 妊婦 )



2025 年 6 月出産のママより

これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

予定日当日に第2子となる女の子を産むことができました！  
1人目のときは里帰り先で「自然分娩でいいが、とても痛くて、またコ  
ロナ禍で立ち会いもできず」、心細さもあり、今回は計画無痛分娩で  
夫の立ち会いを希望していました。

出産予定日の深夜に陣痛がきて、10分間隔がついたので朝4時  
起き寝起とに痛み覚えてもらいました。

夫や旦母子添いだすまで、側でサポートしてくれた助産師さん、陣痛の  
痛みも増し、「もう産めません、無理です」と泣き言を言う私を何度も励  
ましてくださった助産師さんたちのが大きくて、無事院長監修を受けた  
ところまで頑張ることができました。

お産が進んでいて麻酔が効かなかったりしていたりはありませんが、先生や助  
産師さんのスムーズな準備のおかげで無痛分娩することができました！  
麻酔が効いてからは別人のように落ち着き、1人目のときと産まれる  
瞬間に疲れ切っていて何も覚えていませんでした。今回には落ち着いて  
誕生の瞬間を迎えることができ、感動して涙があふれました。

入院中に1分娩に立ち会っていただき、また助産師さんや検診時に話を  
きいていたときに助産師さんにも無痛分娩できてよかったです。あめどうと  
声をかけていてくださり、あらためてナラヤとして出産てきてよかったです、と思  
いました。

これから出産を迎える方へも しゃわせおさんとひまわりように♡

ありがとうございました



院内掲示・HP・SNS 等に使用させていただく場合がございます



ちょっと先輩ママから

## プレママのみなさまへ

( 妊婦 )



2025 年 6 月出産のママより

これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

39週2日目で出産した新刀産婦です。娘が3人ともナラヤマさんで出産し、それを学生時代に見ていたのがナラヤマで産む事に憧れています。無痛分娩を希望していましたが、出産日に近づいても子宮口が開かず、赤ちゃんが降りてこず、38週で陣り始めました。毎日、ウォーミング、床拭き、スクワットを行なうは突然のおいと石破水がきました。(逆にやりすぎで無音で分娩?)

無痛は希望していくても叶わない可能性が高いですが、それ以上母子の命を守る出産に取組、院長の「2つの命がかかるている」という無痛分娩の説明の中の諱いながら納得していくので「無痛は出来たらやめてお守り!」くらい思っていました。その為、無痛が出来ないときも、たまに時は、やり直り…くらいの気持ちで喜びり切れました。

出産は、今まで経験した事のない痛み・苦しきで耐えなければならぬ時間の中で驚きました。だからこそ、どのような環境で産むかで自分の出産ストーリーが大きく変わると実感しました。ナラヤマさんは、ついでそこを手を握って下りました、囁き声で「お産が進んでます正攻法」「元気張ってねえらい」と声をかけて下りました、苦しいの中でも温かい言葉が心に残っています。(担当:熊澤さん) 事前に提出したバースプランもしっかり見て全て叶えて下りました、母とのテレビ電話、分娩台での動画撮影など振り返ればばよこ一つ後悔かないまさに「幸せなお産」になりました。

そして、忘れてはならない産後の食事!! 美味しい食事が心と体に沁みました。おやつも含めて毎日が楽しいけど精神的に支えになりました。出産前の通院(4Dエコーに感動!)、陣痛へ出産、産後の入院生活、すべてにおいてベストなワソニ・ワソニです。

最後になりますが、母子ともに健健康な状態で夫が子を見て行くことができた事、ナラヤマさんは感謝しかありません。

皆さんが幸せなお産になりますように心から願っています。



ありがとうございました



院内掲示・HP・SNS等に使用させていただく場合がございます



ちょっと先輩ママから  
プレママのみなさまへ

(妊婦) 2025年6月出産のママより

これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

今回、第二子の出産でお世話になりました！

第一子もナラヤマさんでお産しており、手厚いサポートの印象が残っていましたので、今回もナラヤマさんと一緒に決めていました。

前回の帝王切開の麻酔で気持ち悪くなり、酸素マスクの中に嘔吐したので、バースプランに多分また吐くので、側について欲しいと記載した所、ずっと手をにぎってくださいと、心強かったです。

また、スタッフの皆さんは、とても明るく優しい印象がみえます。授乳の仕方もすっかり忘れていたのですが、とても優しく教えてくださいました。厳しい方はいないので安心してください！笑  
プレママへ とても不安だと思いますが、上記に記載した通り、スタッフの皆さんが優しく付きそつてくれるので、スタッフさんにたくさん甘えて良いと思います！あとごはんやおやつも、とてもおいしいので今から期待してください♡

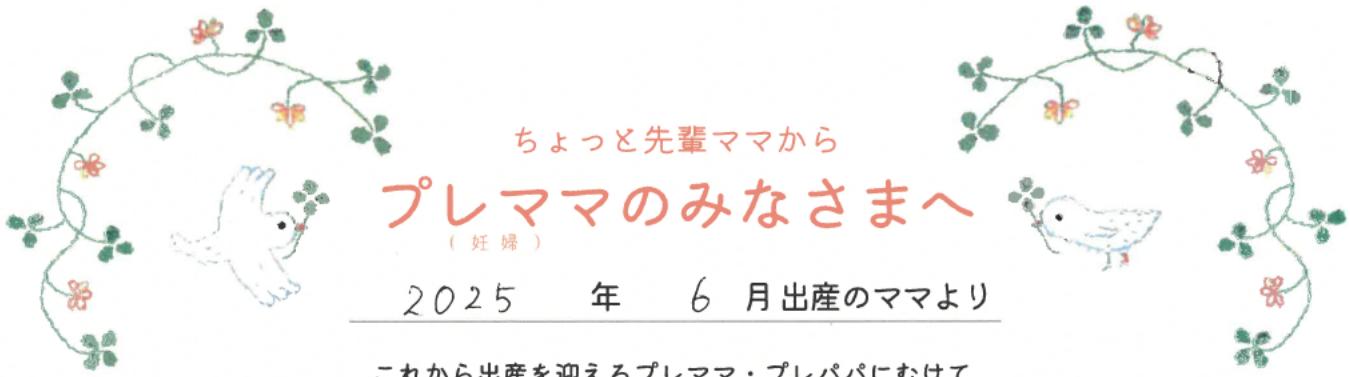
プレパパさんへ ママさんが妊娠中から一通りの家事を出来るようにしてください。出産で体力をかなり使うので、産後最低2ヶ月は思うように体が動きません…。なので頼りになるのがパパさんしかいないので、よろしくです♪

赤ちゃん、とてもかわいいです！（もちろん第一子もかわいい！）

もしまた縁がありましたら…その時はまたよろしくお願ひします！  
お世話になりました♡♡♡♡♡♡♡♡

ありがとうございました

しあわせ お・さ・ん  
NARAYAMA  
LADIES CLINIC



ちょっと先輩ママから

## プレママのみなさまへ

( 妊婦 )

2025 年 6 月出産のママより

これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

1人目は里帰り出産だったため、2人目の今回 初めて出産まで  
ナラヤマさんでお世話をになりました。前回が緊急帝王切開だったので  
今回は予定帝王切開での入院でございます。

帝王切開はとにかく術後のお痛みがつらいとよく言いますから、この出産で  
私が最もしんどかったのは手術中でした。麻酔による低血圧で気持ち  
悪くなり、子宮を引っ張られている違和感(?)がとにかく耐えられないほど  
きつかったです。でも術前から看護師・助産師さんに「かわす」とそれぞれ  
両手を握って応援し続けてくださり、上の子の言葉や赤ちゃんのタロ前日の言葉など  
他愛もない言葉で気を紛らわせてくださいました。それがどうしてか心強  
かったです…！とても嬉しかったです。

術後の痛みは手術中のつらさに比べると、そこまで辛くない感じはせんでした。  
前回は術後とても大変だった記憶があるので、同じお産はしないとよく言つた  
ものですが、帝王切開なごとしてもやはりそうでしたよあと思ひます。

それでも私が子に会えたときの感動と喜びは変わらず素晴らしいものです。  
産後の授乳指導などもとても親身になってくれてありがとうございます。

また、ご食事もすごく美味しい毎食なのがいいです。

この度出産に携わって下さった先生・助産師さん・看護師さん・スタッフさん。  
本当にありがとうございました♡

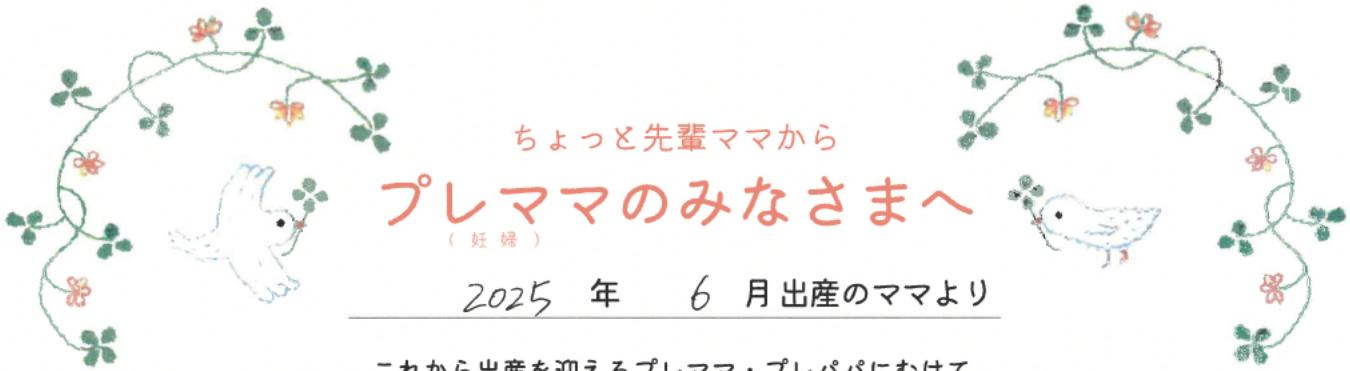


ありがとうございました

しあわせ お・さん



院内掲示・HP・SNS 等に使用させていただく場合がございます



ちょっと先輩ママから  
プレママのみなさまへ  
(妊婦)

2025年 6月出産のママより

これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

3回目の妊娠・出産でした。  
上の子達も皆 塩ヤマさんでお世話になりました。

妊娠健診の時からですが、入院した瞬間から手厚くケアしてくださり、安心して  
お産に臨めました。

バースプランも、私はちょっとめずらしいものを希望したのですが、どうしたら叶うのか一緒に  
考案くださり、とても満足のいくバースプランになりました。

そして分娩中もメンタル面や体調面など色々あうお声がけを頂いたり、はづまの  
言葉をかけてくださりとても救われました!!

3回目にして初めに会陰を切らずに産むことができました!産後が本当に楽ですか  
これも助産師さんがこれまでに伸ばして大事にしてくださったからだと思います。

プレママさんは何をかがやかめで、赤ちゃんに会えるワクワクとともにこれまで不安だと感じます。  
確かにお産は命がけと感じますが、痛みを過度に抑制せず「赤ちゃんと自分ががんばって  
いる証」と冷静にポジティブに受け止めると呼吸なども落ち着き結果、楽かもしれません。  
塩ヤマのスタッフさんを頼ってがんばってくださいね!!!

プレママへ

パートナーが赤ちゃんを連れてお家に帰ったら、勿論赤ちゃんのお世話をママと一緒に  
2人で調べながら併走してください。そして赤ちゃんに気が行きがちですが、一番はママの  
気持ちに寄りそって話を聞く、話し合をする、ということを意識してください。  
授乳以外はパートナーができるでがんばってくださいね!

でも初めての事だから

ありがとうございました



院内掲示・HP・SNS等に使用させていただく場合がございます



ちょっと先輩ママから

## プレママのみなさまへ

( 妊婦 )

2025 年 6 月出産のママより



これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

妊娠 40w4d で 3人目を出産しました。

第1子は里帰り出産をしたため他院で分娩しましたが、

第2子、第3子は自宅から近いナラヤマさんにお世話になりました。

妊娠期間中はなかなか張りやすくて正産期を迎えるまでは  
少しどきどきしたもので、上の子2人が 41w 超えて生まれたため  
心の片隅では「今回も予定日を超え込んだらうな...」と感じていました。

「いつ陣痛がくるか...!?」という不安と共に 37週～39週と過ごし、

40週の予定日検診では子宮口 3cm、赤ちゃんの位置はまだ「高め」とのことでの子宮口を刺激（内診グソグソ？）してもらいました。

そのおかげか、41wを前に無事に陣痛を迎え、出産することができました！

陣痛が来てからは（時間半後に看護院に到着、50分で子宮口全開、  
その後8分後には出生と、スピード出産になったのですが、

分娩中は痛みの波が来またびに「もう逃げたい...!!」とパニックになりそうな気持ちでした。その中でナラヤマのスタッフの方々が  
痛みに合わせて呼吸のアドバイスをくれたり、いきむタイミングを  
教えてくれたり、側でサポートしていただきました。

改めてナラヤマのスタッフの方々への信頼を感じる出産となりました。

私は普通分娩を選択しましたが、どのお産の形態も不安になってしまい  
パニックになりそうになると瞬間があります。そんな時は必ず  
落ち着いて、スタッフさんに頼ってみてください。

ナラヤマはこれから信頼できるスタッフさんがたくさんいますので  
本当にありがとうございます！



ありがとうございました

しあわせ お・さ・ん  
**NARAYAMA**  
LADIES CLINIC

院内掲示・HP・SNS 等に使用させていただく場合がございます



ちょっと先輩ママから

# プレママのみなさまへ

(妊婦)

2025 年 6 月出産のママより

これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

赤ちゃんでいたと知った時、すぐ嬉しかった今でも覚えていはず。  
初めての産院は別の所でした。3回目の検診からナラヤマさんでお世話を  
していました。別の産院で経験してからもナラヤマさんのお優しさを忘れないこと  
ができました。スタッフ全員が優しくて笑顔はとにかく心地いいのも魅力です。これから  
がんばって下さい!!私は初産婦(笑)安心してお産をするのが大好きです。  
実際に今も仰からほいこだしてみるみるあけ(笑)不安なことやおなかと下腹  
の痛みをネットの情報ばかり見ていましたが、実際の情報と正しいやり方にはな  
く、不安なことやあれば先生やスタッフに聞いちゃっていいんだから私はギリギリ  
まで聞くついでに、マタニティライツを送ねたかと言わゆるとババアして  
いました。でも産後はおなかの時はお腹の赤ちゃんへ声をかけたり手をつけて  
いたりする話いや、音楽を聴かせたりするとお腹がぱくぱく動いたり  
とかも腹が冷やさないまま是非胎動を動かしてもらいたい。また  
下痢は思い出にはなと思います!!10ヶ月は長いですが、本当にかわいい子  
であります。お産が近づいてくると嬉しくて、じうが腹からではなくおなか  
からおなかが動き出します。実際赤ちゃんが産まれてくると言葉では言い表せない  
くらいの幸せがあります!!初産婦は立てる時いよいよ!と自信が強く  
ます。お産師さんの温かい言葉が安心してお産することができま  
す。不安なことを多く抱えていましたが、産科医さん!看護師さん  
はマタニティライツを送りたいと願っていました。あたし答えます。今は  
嬉しいステキな時間を過ごしていきたく世界一かわいい赤ちゃんが  
出できますよ~♪ 胎内構造としっかりおわせあります。んには、ますます元気になら

ありがとうございました





ちょっと先輩ママから

## プレママのみなさまへ

( 妊婦 )



2025 年 6 月出産のママより

これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

うらやまさんご2回目の出産で、第3子を産みました。

第二子の子を自り上げて下さった助産師の小谷さんが「今回も  
慣りにあつとい2下さる」、第三子は助産師の山田さんに自り上げて  
いただけました(笑) 本当にじ強かったです(泣)

今回の出産は今まで一番冷静に、呼吸もちゃんと意識して  
産みながらできたのと、最後の出産だと感じて生まれてくる所を  
見させてもらひました。なんも後悔することなく産めました!

痛みに閉じ私は1人目住院で40w0dに促進剤、会陰切開  
で、一番から感じましたが、うらやまさんご2人目…3人目…と  
産みじみ樂に、樂しく産めました!!  
2人目からは切開もせず! 黒ちゃん、黒さんのおかげです♪

通院中は、2人目の入院中に仲良くなれていたジーフニ  
黒さんとお話しできることが毎日の楽しみでした(泣)

うらやまスタッフの方達の「おかげ」、3人目を無事に  
産めたこと感謝いたします。

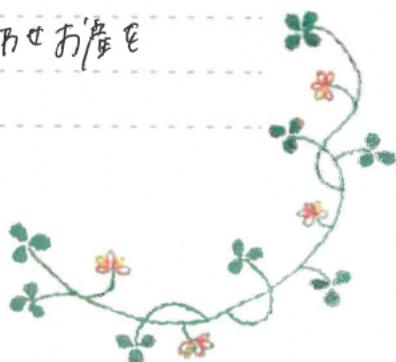


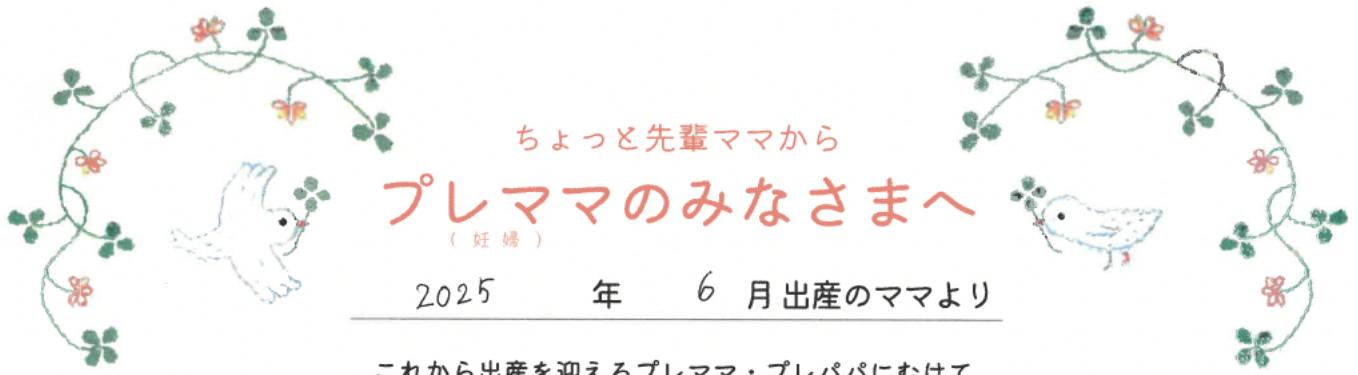
これからご出産をお迎える方への応援、しっかりお産を  
お祈りしております

ありがとうございました

しあわせ お・さ・ん  
NARAYAMA  
LADIES CLINIC

院内掲示・HP・SNS 等に使用させていただく場合がございます





ちょっと先輩ママから  
プレママのみなさまへ

(妊娠)

2025年6月出産のママより

これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

この度はご犠牲おめでとうございます。私は初めての出産で、地元がさいたま市で実家から通いやすく、無痛分娩ができるところから神奈川県から里帰りでナラヤマさんを選ばました。結果的に陣痛が夕方から強くなってしまったため、夜中に出産することになりましたが無痛分娩をすることは叶いませんでした。しかし、今は自然分娩で出産できてよかったのがなんと感じています。

私は痛みに弱く、注射をすこし怖いのですが、そんな私が赤ちゃんが誕生するまでの痛みを知り、早く赤ちゃんに会いたいといつからか出産できることができた。自分がすこし苦手とする痛みを乗り越えて会えた赤ちゃんを出産後すぐ抱きしあることができ、この喜びや感動を味わえたことはすこし貴重な経験になりました。出産を担当してくれた助産師さんが「的確なアドバイスをくださったり、たくさん褒めてくださったこともあり乗り越えられたのもあります。助産師外来でバースプラン提出の際、せひ自分がどんな出産をしたいかや心配なこと、不安なこと、自分の想いをしきり伝えておくことで、安心してお産に備め、バースプランに沿ってお産をしてみるのも色々伝えてみることをオススメします!!

出産後の朝には院長先生が回診に来てくれたり、無痛分娩は叶わなかったけど、自然分娩でしか経験できないこともあるんだよとお話をしてくれたり、無事出産できることをすごく喜んでくださり、とても嬉しかったことを忘れません。ナラヤマさんで出産できて本当によかったなと思うことができました。私も同じように痛みに弱く無痛分娩を希望してナラヤマさんを選ばれた方もいると思います。もし無痛分娩が叶わなくても、元気な赤ちゃんを抱きしめた瞬間の感動は本当に忘れることができない良い経験となりますし、ナラヤマさんが抱かげているお母さんの「しあわせおさん」の優しい寄り添った雰囲気が出産になると感じます。院長先生はじめ、全てのスタッフの方々が全力でサポートしてください、とても温かいクリニックに出会えて本当に良かったです。また、インスタグラムで見ていたお食事が楽しみの一つもありました！盛付けもすこしキレイでどの料理もとても美味しいかったです！毎日美味しいごはんをありがとうございました！

もしさまた妊娠して出産することができれば、またナラヤマさんで絶対がんばりますくらい素晴らしい経験させていただきました！ありがとうございました！本当にありがとうございました！

しあわせ お・さん  
NARAYAMA  
LADIES CLINIC

院内掲示・HP・SNS等に使用させていただく場合がございます  
これから出産で不安な方もナラヤマレディースクリニックで経験豊富な「しあわせお・さん」が叶うはずです！可愛い赤ちゃんに会えるのを楽しみに頑張って下さい！応援しています♪

ちょっと先輩ママから

# プレママのみなさまへ

(妊娠)

2025年6月出産のママより

これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

初めての出産でお世話になりました。自宅、実家から近くナラヤマさんを以前から知っていたので産院は迷わず決めましたが、ここで出産をすることができて本当によかったです。

妊娠中から産後までサポートしていただき安心して過ごすことができました。私は初産ということもあり、普通分娩希望でした。予定日までに陣痛がくるのかな?いつどこでくるか分からぬいしどうしよう?という不安な気持ちで毎日を迎えました。しかし、いつになんともこない陣痛。気付けば予定日を超過し、本当に赤ちゃんを無事に産んであがられのかとさらに不安な日々でした。促進剤も効かず、最終的には帝王切開となってしまいましたが、たくさんの方々に支えられて無事に出産できました。

院長先生、助産師・看護士の皆さん、スタッフの皆さんにかけてくれた言葉はすっとせやません!!初産はナラヤマさんのおかげで大事な一生の思い出になりました!!プレママのみなさん、いろんな気持ちで過ごされていくと思います。大丈夫です!!これから“しあわせおさん”を経験できます!!入院中も食事もおいしく、赤ちゃんについてもアドバイス・サポートしていただけ、毎日充実していました。退院してくださいなります(笑)そのくらい私にとって“しあわせおさん”になりました。次があれば迷わずまたナラヤマさんに帰ってきます。お世話になりました。

ありがとうございました

しあわせ お・さん  
NARAYAMA  
LADIES CLINIC



ちょっと先輩ママから

## プレママのみなさまへ

(妊婦)

2025 年 6 月出産のママより



これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

1人目2人目と出産させさせていただきました!! 1人目は自然分娩で、2人目には無痛分娩にすみました!! と気持ちで検診を過ごれたりました!! 30週から2人とも逆子ちゃんになりました!! 逆子イ体操したり、金剛石いけたり試行錯誤したりしましたが戻らず!! 予定帝王切開となりました!! 平当に不安していましたが、本当に止まりませんでしたが、みんな優しくて午前中も声をかけてくれたり、看護学生さんが手を握ってくれたりと不安なく出産できました!! 自然分娩、帝王切開 全く違う辛さがあり、ただ子どもが産まれて喜びは一緒でとても思い出深いみ産となりました。経産婦だから少し気持ちに余裕があるかも!! と甘く思えておりましたが、2回目だから1回目と全く同じみ産では限らぬことがあります。痛みは見えて、ここまで逆子ちゃんレコで覚ったかったりもします。心配だし、不安でいいのかと思います。どちらみて自分でせめ方や、どう言ひろかしれません。どんな産まれ方でも子どもが元気で産まれてくれれば産み方(みんなどれで)もいいと思います。(私が(2人ともそれでアガッ)

また、NARAYAMAには多くの下下にしてくださる方がいます!! 平当に私は助けられました。安心してお産が出来、産後も多くの方にサポートしてもらいました。3人目?まだ未定ですが、もしまた産むということがあればまたこちらに通いたいと思います。色々とアドバイスしてもらいました。

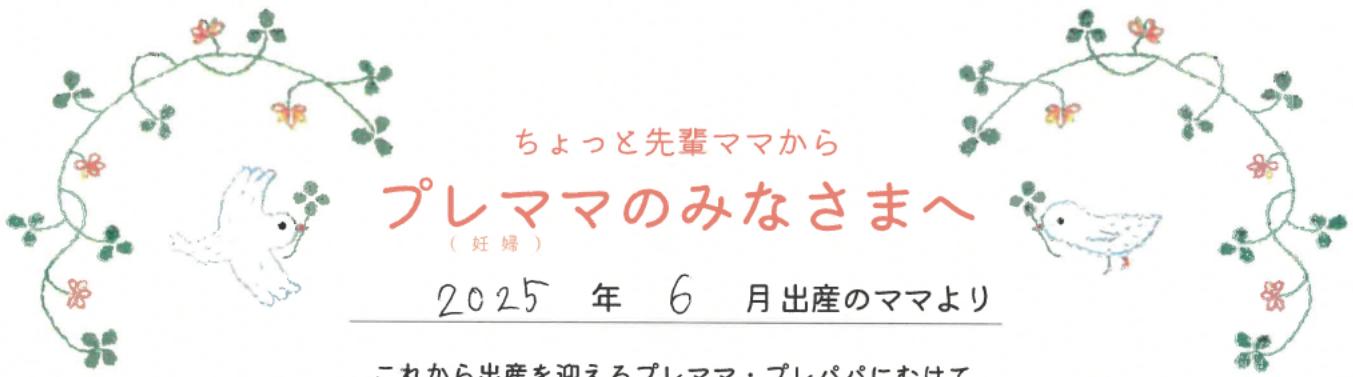


ありがとうございました



院内掲示・HP・SNS 等に使用させていただく場合がございます





ちょっと先輩ママから

## プレママのみなさまへ (妊婦)

2025年6月出産のママより



これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

3回目のお産でお世話になりました。

1回目自然分娩、2回目和痛分娩、そして今回  
無痛分娩で出産しました。それが本達う産院、  
異なる出産方法を選択してきましたが、どのお産も、(20+)  
大変…と毎回思い出します。→思い出させられます。

ナラヤマさんで今回お産てきてよかったですと思ったことは、  
助産師さんのサポート、夫の立ち会い出産、動画が撮れた  
こと、産声のフレーナーがいただけだったことが最高でした。  
その代にもたくさんサポートがありとてもあなたがい場所で  
安心して過ごせました。子どもが産まれてきてみて、育ってくれ  
ことは当たり前じゃない、また可愛いい赤ちゃんを抱っこ  
てきて幸せな今です。ずっと抱っこしてみたいから愛しい。

院長先生に「もう1回産みにおいで」とおっしゃっていましたが、  
本当に頑張らなければなんとおもえるほど」とも優しい産院  
でした。たぶん次はないと思いますが(笑)

しあわせおさん、いいおさん、出産てきて本当によかったです  
思えるのは産院のみならず家族のおかげです。

ありがとうございました。私自身もありがとう♡笑

私の場合ですが、1人目の時は「何が何だかわからないし、  
周りスマガ余裕のあるようになって自分で責めたりする育児にな  
りがちだった」など気がしますが、今回は赤ちゃんが一生懸命に  
おっぱい飲む練習している姿に癒されました。自分にも優しくしてあげたい  
です。

ありがとうございました



院内掲示・HP・SNS等に使用させていただく場合がございます





ちょっと先輩ママから

## プレママのみなさまへ

(妊婦)



2025 年 6 月出産のママより

これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

私は三の度、里帰り出産にて「ナラヤマレディース」  
21ヶ月、2025年6月、初めてに自然分娩  
が出来た！子1丁。

住まいは東京び、家族は上尾市だ。た  
れで里帰り出産先を探し、所、母の  
都内の中華の食事がナラヤマレディースで  
ニツツび出産、評判が良かったため、ニツツ  
で出産することをJRの子1丁。

妊娠32週からニツツで健診を受け担当医、  
助産師の手によりやすく親切に教えてもらつたため  
出産の流れやリスト、出産後の生活が頭に入り  
出産に臨むことなく迎えた。

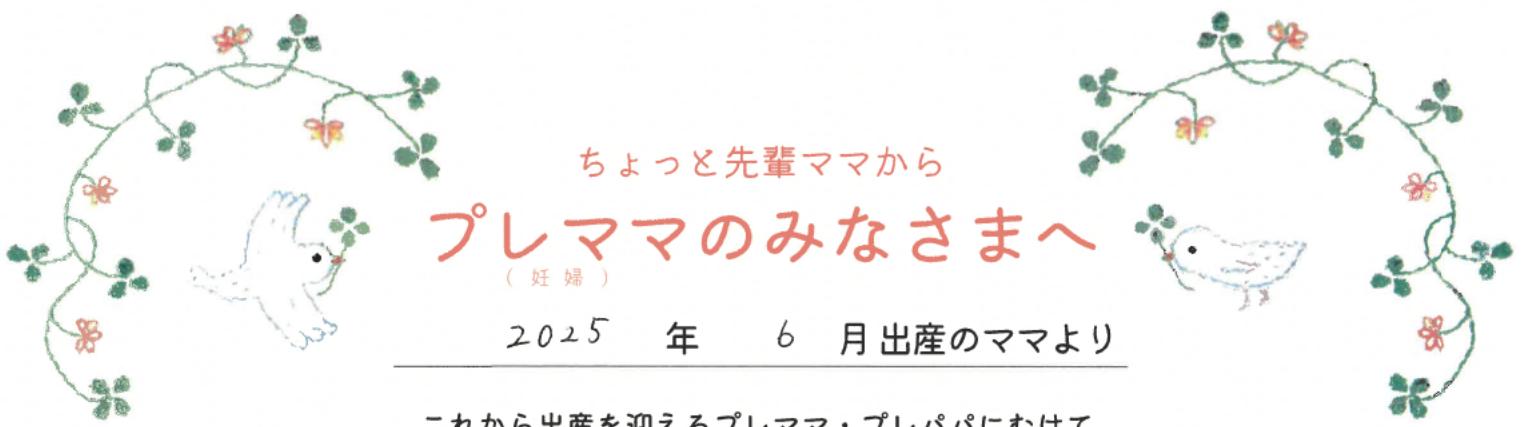
自然分娩と計画無痛分娩と迷つてしまひながら、胎児  
が小さめだったので、自然にお産したいと思ふ自然分娩  
にしました。

予定日より遅れてから破水から始まり、病院で  
子宮口2cm～3センチだから、産程2時間以上時間かかると  
言われていますから、急速にお産のスピードが早まり  
陣痛が強いスピードが早く、産科では驚きと混乱の中、  
周1の方々の迅速なサポートのおかげで出産する二  
か月生ました。不定と来いの色は事件があると思ふ  
が、自分と周1の方々を信じて出産に臨むことを  
絶対、大丈夫です!! 微力ながら応援におけます。

ありがとうございました



院内掲示・HP・SNS等に使用させていただく場合がございます



# ちょっと先輩ママから プレママのみなさまへ

(妊婦)

2025年6月出産のママより

これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

1人目は里帰り出産だったので 2人目出産の今日初めてナラヤマさんにお世話になりました。

予定日前日の夕方に陣痛が来て入院、予定日よりも1日の早朝に元気な男の子が産まれました。上の子がい子のひまわりの立会いは希望しておらず、1人で大丈夫！と余裕をもっていましょうか。本格的には陣痛の波が来とからは痛くて心細くて全然大丈夫じゃなかったです…笑

そして途中で助産師さん達がみんな優しく話かけてくれて、陣痛の間はお風呂押して痛けを逃げてくれて山下さん助けてくれてとても嬉しかったです。

産まれてから母乳の出が悪く悩んでいた時も丁寧に相談に乗って頂き。

細田やまにサポートしてくれて…。本当にありがとうございます。

ご飯も毎回とてもおいしく革せでし…。

お産は大変でしたけど二わくつかう下さい。

かわいい赤ちゃんに会えるよう頑張ってください！



ありがとうございました

しあわせ お・さ・ん  
**NARAYAMA**  
LADIES CLINIC

院内掲示・HP・SNS等に使用させていただく場合がございます



ちょっと先輩ママから

## プレママのみなさまへ

(妊婦)



2025年 6月出産のママより

これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

今回、初産で ナラヤマさんに お世話になりました。

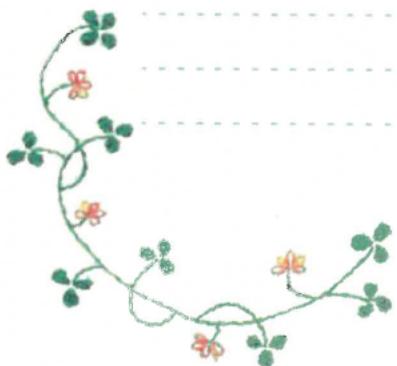
毎日歩いたり、スクワットをしたりしていましたが、予定日になても子宮口が全く開かず…。予定日から3日目でおしょしが来2、4日目に陣痛がやってきました。(しかし、陣痛だけは一丁前なわりに、子宮口は相変わらずで、そこからはすたすた痛みに耐える時間となりました。

助産師さんや家族に励ましてもいい、なんとか乗り切り、翌日の予定日から5日目でようやく開いてきました。(しかし、赤ちゃんが少し苦しそうと見えたので、無痛分娩が希望だ、とのですが、時間のかかる無痛ではなく、通常分娩となりました。

そして、分娩台に乗ってからがまた痛い。子宮口を完全に開かせるまで再び時間かかり、早く赤ちゃんを出さないといけなくなつたため、会陰切開をしてようやく誕生してきました。

初めてのお産はとにかく痛かったです。痛みが続いてメニタルに来ていましたが、助産師さんたちからの声かけには本当に助けてもらいました。また、産後、赤ちゃんがNICUに行ってしまい、不安なところを色々と気にかけて下さり、入院中を通してサポートして頂きました。

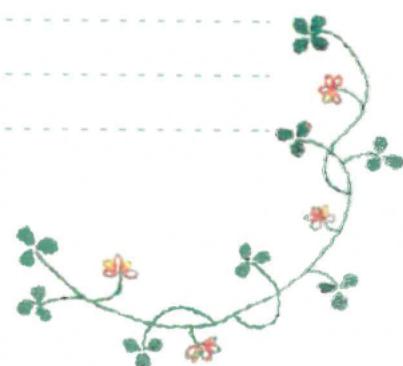
大変なことが多かったのですが、ナラヤマでお産ができることが、とても助かります。不安なことも多いと思いますが、ナラヤマで産むなら絶対大丈夫です！みんなさんのお産が無事でありますように…！



ありがとうございました

しあわせ お・さん  
  
NARAYAMA  
LADIES CLINIC

院内掲示・HP・SNS等に使用させていただく場合がございます





ちょっと先輩ママから

## プレママのみなさまへ

( 妊婦 )



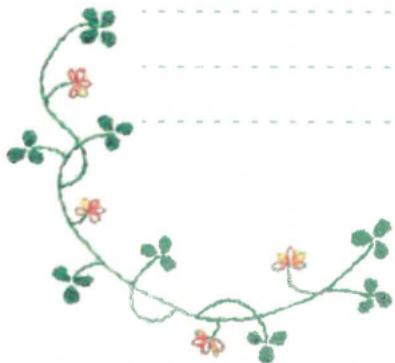
2025 年 6 月出産のママより

これから出産を迎えるプレママ・プレパパにむけて  
お産の体験やメッセージなどを書きください

長いような短いような妊娠生活を乗りこえて、ママとパパには  
なげた、我が家子の誕生の瞬間は幸せで忘やらぬ  
感動に溢れ思い出となりました。

陣痛の時間は、諦めてあらゆることやできない辛い時間  
もありましたが、夫をはじめ、スタッフの皆様が寄り添いサポート  
してくださいたお陰で、初めての出産を無事迎えることができ  
でき、周りの協力がありこそ、かわいがる我が家子を産  
めることができたんだと痛感しています。

皆様も不安はたくさんあるかと思いますが、周りの方々に  
たくさん甘えて、無事赤ちゃんに会えることを願い、楽しく  
出産を乗りこえていかれることを祈っています。幸



ありがとうございました



院内掲示・HP・SNS 等に使用させていただく場合がございます

