

ちょっと先輩ママから  
プレママ(妊婦)の皆様へ

2022年8月出産のママより

これから出産を迎えるママにむけて、ご自身のお産の体験やアドバイス  
メッセージ等をお書きください。

外来で妊婦健診におみえになっているプレママ、パパの皆様にご覧いただいたり  
ホームページに掲載することがあります。

トラヤマさんで出産できて本当におたと思えた5日間でした。

スタッフの皆様 本当にありがとうございました。

7日(日) 0:25 自宅にて破水し、そこからあごに入院。助産師の方の対応が  
~~迅速~~ 的確で安心して入院できました。そこからあという間に  
陣痛が来て 24時間以内に出産という流れでした。その間 何度も気に  
かけて話しかけてくださり、背中をさすってくださり、1人じゃ無理と安心できました。  
分娩台に移動してからは 主人も立ち会うことができ、2人で乗り越えた達成感と  
感じることができ、無痛の予定は外れて、自然分娩でよかったと思うことができました。  
分娩時のご担当のスタッフにも、本当に感謝です。

入院期間中も色々な事に声をかけていただき、色々と教えていただき、  
退院の日には自信を持って家に帰らせようです。皆様のおかげで  
面会がなくても寂しいを感じず 過ごせたことができました。

食事も毎食楽しみはくらくらいおいしかったです。

次回のお産もぜひ トラヤマレタースクリーンフにしたいと思っています。

そのときはまたお返ししたいと思います。

スタッフさんのレベルの高いトラヤマレタースクリーンフは本当におすすめです。

いよいよ来シーズの入院生活になります。延泊もおすすめです。



ありがとうございました。  
よろしければGoogleでも評価・ご感想の投稿をお願い  
いたします。

しあわせ お・さ・ん

NARAYAMA  
LADIES CLINIC



ちょっと先輩ママから  
プレママ(妊婦)の皆様へ

2022年 8月 出産のママより

これから出産を迎えるママにむけて、ご自身のお産の体験やアドバイス  
メッセージ等をお書きください。

外来で妊婦健診におみえになっているプレママ、パパの皆様にご読んでいただいたり  
ホームページに掲載することがあります。

迷っている方、無痛分娩オススメです

私は陣痛への恐怖心が強く、無痛分娩を実施している ترامアムに  
第一子に続き、今回第二子のお産でもお世話になりました。前回は  
タイミングが合わず自然分娩だったので、今回こそは...!と祈る毎日でした。  
ですが37週以降の健診でも「赤ちゃん降りてきてないねえ」という  
先生のお言葉に、いよいよ焦り、不安な日々が続きました。

結果として、本当に運良く無痛分娩でお産することができました。  
予定日3日前の健診でも赤ちゃんは降りてなかったのですが、同日深夜に陣痛  
があり病院に向かうと、4時ごろ、そのまま入院となりました。朝の診察で  
無痛の可否を判断、となりましたが「お産の進みが早い場合は自然分娩の  
可能性も十分あると聞きました。ドキドキしながら過ごしました。この間、助産師の方々に  
幾度も励まされ、精神的にたいへん助けられました。そして赤ちゃんが朝  
までお腹でゆっくり過ごしてくれたおかげで、何とか無痛の許可を頂けました。  
(この時 内診してくれた先生は後援がエピソード見えました..)

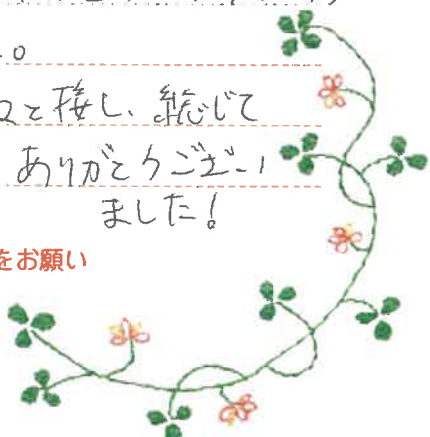
無痛とはいいもちろん痛みゼロではなく、お産の進みを早めないよう  
相応の辛さはありません(10分差あると思えば)が、痛みのピーク時に麻酔が  
効くよう投薬のタイミングを図ってください。前回より大幅に痛みの少ない  
お産となりました。精神的余裕が生まれ余計な筋力を使わなかったため  
産後の回復も早かったのは思いぬ副産物でした。

今回、多くの医師、助産師、事務、清掃などの方々に接し、安心して  
皆さまプロフェッショナル、とてもよくしてくださりました。ありがとうございました!



ありがとうございました。  
よろしければGoogleでも評価・ご感想の投稿をお願い  
いたします。

しあわせ お・さ・ん





ちょっと先輩ママから  
プレママ(妊婦)の皆様へ

2022年 8月出産のママより

これから出産を迎えるママにむけて、ご自身のお産の体験やアドバイス  
メッセージ等をお書きください。

外来で妊婦健診におみえになっているプレママ、パパの皆様にご覧にいただいたり  
ホームページに掲載することがあります。

2人目を出産しました。1人目を産んだ時とても時間がかかりましたが、最後まであたたかく導いて下さったスタッフの皆様のおかげで満足のお産ができましたので、今回も心強く妊娠期間を過ごすことができました。

今回は、前回見送った無痛分娩を希望しました。お腹の張りや赤ちゃんの進みもあまりよくなかったのですが、院長先生も最後まで挑戦する機会を与えて下さり、助産師さん方も多くの方が励まして下さり、本当にギリギリのタイミングだったと思うのですが、無痛分娩で出産することができました。

無痛分娩では、腰への処置も丁寧にこちらの具合を見ながら進めていただき痛みが弱い私でも大丈夫でした。促進剤を使わずの陣痛は、1人目の時と同じくらい痛いものでしたが、担当の助産師さんがいつも優しい声で励ましてくれるので本当にありかけな方です。私の場合、破水からの乳頭マッサージで急激に進み、麻酔をしていただいたからは、本当に驚くほど痛くならず、お産に集中することができました。薬の効き具合には個人差があると思いますが、やはり痛みがたい方が、いきみ方がよく分かると思います。頭が出る感覚、体が出る感覚、自分が息を吐けているか、どこに力を入れようか考え感じながら産むことができました。産後の体の具合(特に産んだ箇所)も違いました。本当に

しあわせなお産でした。入院中も手厚い対応、美味しいご飯に感謝です。しかし、望むような形のお産でなくとも、何よりも産まれてきたわが子に会えたことが一番嬉しいと思います。涙が出ます。皆様も早くかわいい赤ちゃんに会えるといいですね。

ありがとうございました。  
記入後は、ナースステーションにお届けください。

しあわせ お・さ・ん

NARAYAMA  
LADIES CLINIC





ちょっと先輩ママから  
プレママ(妊婦)の皆様へ

2022年 8 月出産のママより

これから出産を迎えるママにむけて、ご自身のお産の体験やアドバイス  
メッセージ等をお書きください。

外来で妊婦健診におみえになっているプレママ、パパの皆様にご覧にいただいたり  
ホームページに掲載することがあります。

初産で自然分娩をしました。上尾に引越してナラヤマさん  
のステキな産院やHPをみて、ナラヤマさんでお産したいなと  
決めました。

妊娠、出産、育児…全て何もかもが初めてで分からないこ  
とだらけで不安な気持ちがいっぱいありましたが、ナラヤマさんで  
お産をして本当に良かったと感じています。😊♡

妊娠中のトラブルや出産、育児に対する不安や悩み…  
全てナラヤマさんに勤めている方々が優しく親身になって丁寧  
に対応して下さいます。なので、どんな小さなことでも一人で抱  
えこまず相談してみてください!!

コロナ禍で人との繋がりが不足し、孤独に感じることもあり  
ますが、たくさんママさん達のために一生懸命サポートして下さる  
ナラヤマさんに勤めている方々がいらっしゃるの安心して下さい♡  
Zoomを活用した骨盤矯正エクササイズおススメです。

ナラヤマさんで赤ちゃんと一緒に同体で幸せなお産をすることができ、  
関わって下さった全てのナラヤマさんに勤めている方々に感謝の気も  
ちでいっぱいです。本当にありがとうございました。😊😊

出産するまで色々悩みは尽きないと思いますがプレママさん  
とお腹の中にいる赤ちゃんのご健康とご多幸をお祈りしています。



ありがとうございました。  
よろしければGoogleでも評価・ご感想の投稿をお願い  
いたします。

しあわせ お・さ・ん

NARAYAMA  
LADIES CLINIC

ちょっと先輩ママから  
プレママ(妊婦)の皆様へ

2022年 8月出産のママより

これから出産を迎えるママにむけて、ご自身のお産の体験やアドバイス  
メッセージ等をお書きください。

外来で妊婦健診におみえになっているプレママ、パパの皆様にご覧にいただいたり  
ホームページに掲載することがあります。

今回でナラヤマでの出産は3回目でした。

3人目ということもあり、入院して1日時間くらいで産まれました。  
とてもスムーズだったけれど急展開で最後の方はパニックになり  
かけてしまった時「赤ちゃんの通り道、頑張りて深呼吸してとどめて  
あげよう！大丈夫だよ！もう少しだよ！」と書いてもらいハッと我に  
返り、そこから少し落ち着いてとり乱すことなく産むことができました。  
分娩時間は短くても、やっぱりとても痛かったです。が、入院  
中の今、もうどんな痛みだったか忘れかけています。あんなに痛かった  
のにあの痛みがもうはきりと思えない...不思議です(笑)  
ナラヤマは先生・助産師さん・看護師さん・スタッフの方々のあんな  
優しいで元気で入院期間 本当に快適に過ごせます！  
ごはんもとてもおいしいし、部屋も病棟もキレイです。  
長男・次男の時にいらした助産師さん・看護師さんも決まら  
ない、なんと偶然次男の時に入院した部屋と今回も全く同じ部  
屋で、ナラヤマに里帰りしたような、あたたかい気持ちで過ごしまし  
た。もうここには来る事ないのかなあと思うと、退院時のかとても  
さみしいです。丸々暗気していきい言える自分の診察券番号や外  
来で呼ばれるときのあの音、なぜか毎回眠って長引くNST(笑)  
全部良い思い出です。万が一、また女姓娠することがあったら絶対に  
またナラヤマで、次は無痛分娩でお願したいと思えます(笑)



ありがとうございました。  
よろしければGoogleでも評価・ご感想の投稿をお願い  
いたします。

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(妊婦)の皆様へ

2022年 9月出産のママより

これから出産を迎えるママにむけて、ご自身のお産の体験やアドバイス  
メッセージ等をお書きください。

外来で妊婦健診におみえになっているプレママ、パパの皆様にご覧にいただいたり  
ホームページに掲載することがあります。

1人目の出産は、陣痛開始から10時間ほどかかったの出産  
でした。2人目は早いと聞いていましたが、半分の5時間で  
産まれました。正直、1人目で「こんなに辛いなら2人目  
無理だ」なんて思いましたが、思っていたよりもあ、という  
間でびっくりしました。何度も取り乱ししそうなおもに、  
優しく声をかけてくれる助産師さん運命のおかげ、安心して出産  
して下さい。



ありがとうございました。  
よろしければGoogleでも評価・ご感想の投稿をお願い  
いたします。

しあわせ お・さ・ん

NARAYAMA  
LADIES CLINIC

ちょっと先輩ママから  
プレママ(妊婦)の皆様へ

2022年8月出産のママより

これから出産を迎えるママにむけて、ご自身のお産の体験やアドバイス  
メッセージ等をお書きください。

外来で妊婦健診におみえになっているプレママ、パパの皆様にご覧にいただいたり  
ホームページに掲載することがあります。

前回の出産の時は散々な思いをしたのがトラウマだったのですが  
今回はナラヤマさんにお世話になり、すごいよかったです！  
先生も助産師さんたちもみんな優しく本当にかんしゃしています！  
もしまた妊娠となったらまたナラヤマさんに絶対お世話  
になりたいです♡  
痛みがりで、痛い痛いときさあぐ私に優しく接してくれて  
本当にありがとうございました！！  
あとお手紙もいただいてうれしかったです！！  
いろいろとありがとうございました！



ありがとうございました。  
よろしければGoogleでも評価・ご感想の投稿をお願い  
いたします。

しあわせ お・さ・ん

NARAYAMA  
LADIES CLINIC





ちょっと先輩ママから  
プレママ(妊婦)の皆様へ



2022年8月出産のママより

これから出産を迎えるママにむけて、ご自身のお産の体験やアドバイス  
メッセージ等をお書きください。

外来で妊婦健診におみえになっているプレママ、パパの皆様にご覧にいただいたり  
ホームページに掲載することがあります。

第1子を妊娠し里帰り出産を希望していたのですが、出血が止まらず  
いろいろな病院を受診しましたが残念ながら死産してしまいナラヤマ様で  
赤らちゃんを取り上げていただきました。

ただただ泣くことしかできなかった私をスタッフの皆様は優しく励ましてくださり  
我が子と最後の時間を穏やかに過ごすことができました。親身になって話を聞いて  
下さること、一緒に泣いていただいたこと、とても嬉しかったです。

再び命を宿すことができ出産するならナラヤマ様で出産したいと希望し里帰りせず  
無事ナラヤマ様で出産する事ができました。

院長先生にも回診の際「おめでとう！第1子の子も喜んでるはずだよ。次第3子  
またおいでね！」と握手をしてくださりました。入院中スタッフの皆様は変わらず  
優しく対応してくださりナラヤマ様で産めて本当に良かったと思います。



ありがとうございました。  
よろしければGoogleでも評価・ご感想の投稿をお願い  
いたします。

しあわせ お・さ・ん

NARAYAMA  
LADIES CLINIC







## ちょっと先輩ママから プレママ(妊婦)の皆様へ

2022年 8月出産のママより

これから出産を迎えるママにむけて、ご自身のお産の体験やアドバイス  
メッセージ等をお書きください。

外来で妊婦健診におみえになっているプレママ、パパの皆様にご覧にいただいたり  
ホームページに掲載することがあります。

無痛分娩を希望していたため、この病院を選びました。  
この「プレママの皆様へ」を読み、妊婦や赤ちゃんの状態に  
よっては希望が叶わないこともあると知り、ドキドキしながら  
臨月を迎えました。予定日になっても産まれる兆候がなく、  
このままでは難しいと言われてしまいました。院長先生の内診と  
陣痛のタイミングで運良く無痛分娩をすることができました。  
痛みが弱く出産に対する恐怖心が強かったのですが、こんな  
私でも母になることができ先生方や助産師さん、麻酔の力に  
感謝の気持ちでいっぱいです!! 本当にありがとうございました。

コロナ禍で一人きりの出産を覚悟していましたが、これも運良く夫に  
立ち会ってもらうことができ、産む瞬間は2人で涙していて感動  
のお産になりました。無痛分娩とはいえ体中が痛くてホロホロ  
ですが、天使のように可愛い娘に会うことができ本当に幸せ  
です♡ しあわせお・さんをありがとうございました!



ありがとうございました。  
よろしければGoogleでも評価・ご感想の投稿をお願い  
いたします。

しあわせ お・さん

NARAYAMA  
LADIES CLINIC

ちょっと先輩ママから  
プレママ(妊婦)の皆様へ

2022年8月出産のママより

これから出産を迎えるママにむけて、ご自身のお産の体験やアドバイス  
メッセージ等をお書きください。

外来で妊婦健診におみえになっているプレママ、パパの皆様にご覧いただいたり  
ホームページに掲載することがあります。

今回、2人目の出産でお世話になりました。

前回のお産が5時間半経ったので"次は<sup>もっと</sup>はやくなるかと  
とても心配していました。陣痛がきた当日は、また"陣痛が"  
不規則でしたが、前回はやかたからとの事で"はやく入院  
させてくれて、案の定、その後~~お~~お産があれよあれよと進み、  
4時間程のスピード出産で赤ちゃんが産まれました。

陣痛はやはり痛かったですが、スタッフの皆さんのやさしい  
お声かけとアドバイスで安心して出産することができました。

上の子もいて主人と立ち会い出産はできなかったものの、直後に  
ビデオ通話することができただけでもとても心強かったです。

不安なことや心配なことがあると親身になって聞いてくれて  
本当にナラヤマのスタッフの皆様には感謝しております。

これから出産の皆様、出産の時はスタッフの方の言う通りに  
呼吸したり、いきんだ"りすれば"大丈夫です😊

入院中のごはんもとてもおいしくて、おやつの間はいやしの時間  
でした♡

1人目と同様、本当にナラヤマで産んでよかったなと感じています。

これからの2人の育児、大変なこともあるかと思いますが、  
産んだ"時のこの幸せな気持ちをわすれずに、過ごしていきたいと  
思います。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。  
よろしければGoogleでも評価・ご感想の投稿をお願い  
いたします。

しあわせ お・さ・ん

NARAYAMA  
LADIES CLINIC