

## ちょっと先輩ママから フレママ(妊婦)の皆様へ

2023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。

外来で妊婦健診に来られているフレママ、パパの皆様に読んでいただいたり  
ホームページに載せることができます。

41週0日、自然分娩のお産でした。

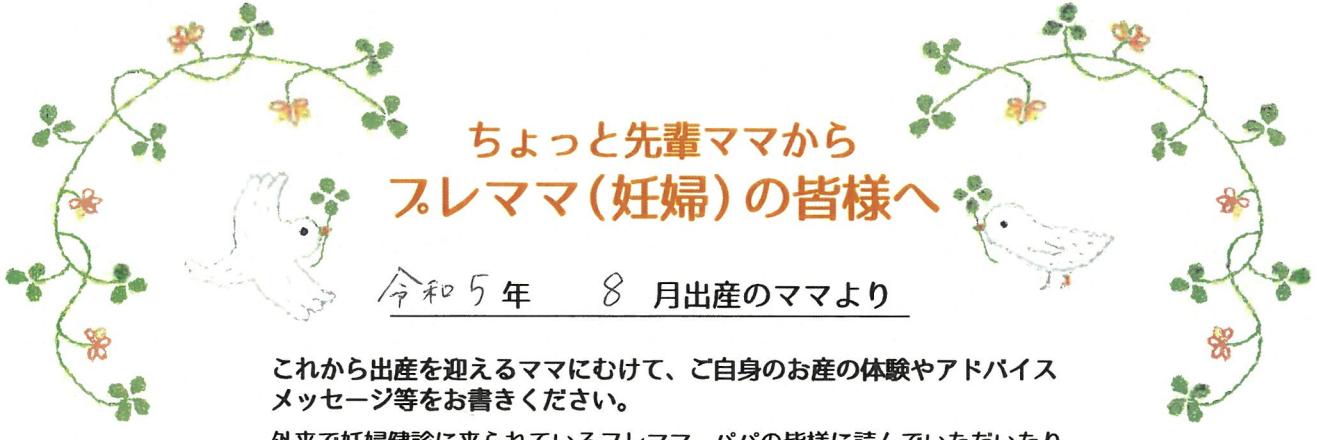
無痛希望でしたが、1年後の状態などタイミング合わず、経産的に自然  
分娩になりました。無痛は絶対にできる限りはないうまくて、タッパー！くらいの気持ちでいたことで、出産をのり切れないと実感します。  
初産サボとくらニともあり、37週過ぎてもなかなかお腹が張ります。ウォーキング、スクワット、軽いマッサージなど色々試してみると良いかと  
思います。

陣痛～出産時は助産師の方々が、その時々に応じた適切な  
指示を丁寧に教えてくれて、助産士たたし、何よりもうれしかったです。  
最終的にどのようだか置き置きするかは、その時、母体、赤ちゃん  
にとって一番良い形を理解して進めてもらいます。  
信頼できるスタッフさんの中で出産でした。



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 フレママ(妊婦)の皆様へ

令和5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。

外来で妊婦健診に来られているフレママ、パパの皆様に読んでいただいたら  
ホームページに載せることができます。

第2子、初めてのナラヤマレディースクリニックでの出産でした。

38週の帝王切開後、子宮口が少し開いていたといふことで  
まさかのそのまま入院することになってしまった。  
先生は家に帰そうか迷っていたようですが、第1子のスピードが  
早かったこともあり、入院に決まりました。急な入院で戸惑いましたが、  
後から考えるとこの判断がとても的確でした。  
入院した日はお産が進まず、一夜が明け、促進剤を注入することにな  
りました。不安でしたが、スタッフさんが頻繁に声をかけてくださり  
とても安心感がありました。  
強い陣痛が突然始まり、分娩室へ... いきなりいる間、お股から  
膜や赤ちゃんの頭が出てくる姿を鏡で見せていただき、お産の進行具合を  
自分の目で正確がめられて希望を持てました。  
今日の出産で初めて知ったのですが、「会陰が切れやすくなる  
そうです。叫びたい気持ちをくう」ところえ、サンシャイン池崎さんのろうそくの  
火を消す動画を参考に息を吹いたら上手くいきました。  
我が子を取り上げてくれた、た日、産師さんからの「温まるメッセージ」に  
感動しました。ナラヤマレディースクリニックを選んで本当に良かった  
です！スタッフの皆様、産前から産後まで全力でサポートして  
くれたり、ありがとうございました。

# ちょっと先輩ママから フレママ(妊婦)の皆様へ

2023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。

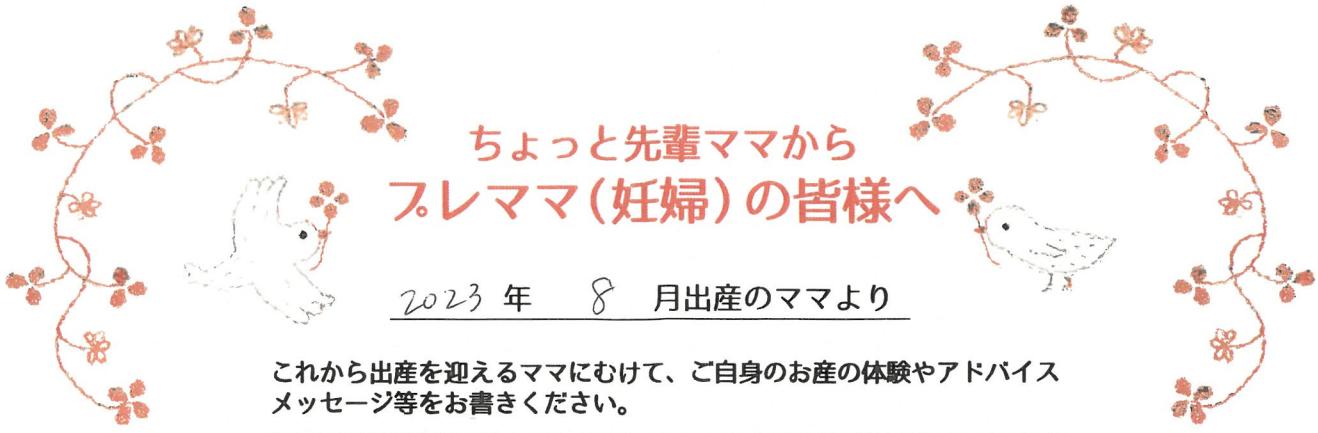
外来で妊婦健診に来られているフレママ、パパの皆様に読んでいただいたり  
ホームページに載せることができます。

2回目の出産でした。1回目もナラヤマさんで出産し、その際も大変お世話になりました。経産婦は産まれるのが  
早いと書いていたので、37週くらいからずっとソワソワして過ごしていました。(上の子と日頃走りまわしたりしていたこと  
あり、健診でも早く産まれちゃうから気をつけと言われていました)しかし、早いといふのは実際お産のスピード。  
ことだったと思います。1人目も予定日超過しましたが、2人目も子宮口4cmでやわらかくならっていました。  
陣痛が来ず、入院日を決めたところで40w6d、予定日超過で出産となりました。入院の日を行なう前に  
夜中、お腹の張りを感じて病院に来て3時、何ともなってのではなく時期で時期なので出産じゃない  
ましょうという流れです。翌朝食後に陣痛促進剤を少く少量スタートして、呼吸を整えていれば全然よゆう  
くらいいの3波が定期的にくそよになり、12:00に陣痛開始となりました。先生の内診(めづらしくて叫んでいた)  
のおかげで子宮口も6cmくらいになっていたけど、分娩台に移動してから助産師さんと笑い話がてなっていました。  
14:00ごろにまだ"スタイル"が入りだしぬ、と言っていたところに丁寧に人話をあいすらとうてないうらうに  
なり、笑えないくらいの痛みがはじまりました。そうひいてから1時間くらいで"死絶"をうなぐくらいの痛み  
がきて破水、もういきんじやいすしようと9cmが全開くらいで"少しいきみはじめ"との後全開に  
なってからは30分くらいで出産となりました。1人目は8時間、2人目は3時間半の出産で、やはり  
全く違った体験でした。ただ、痛いのが変わらないんだなと思いつた(笑)のところからなのには、ナラヤマの  
スタートの方々のサポートがとっても厚かったからだと思します。私は陣痛を1人で抱きこなれる気が  
してくて、誰かにテニスボールをあてもらって丁寧に背中をさすりつけてもらわなかつぱり、パニアクでした。  
たまでは「だめに行かないで!」はなんないで!といふ」とか言ってすがりついてました(笑)とんな無いはず  
ついて背中にあざれでますほどさすりつづけてくれた看護師長、副看護師長、横多分一生忘れられない  
と思います。とても感謝しています。振り返ると感動的な体験だと思いますが、  
やっぱりしんどいが、もう出産したくなないと思います。2年前もそう思っていました。また数年後  
ここに来みんだうなと思います。(笑)をくらう子供は可愛いし、痛みも終わりがあるので  
なんとかなるし、女性だけが味わえる特別な体験だと思います。出産は素敵だと思います!  
ありがとうございました。  
よろしければGoogleでも評価・ご感想の投稿をこれから出産される方モゼル  
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 フレママ(妊婦)の皆様へ

2023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。

外来で妊婦健診に来られているフレママ、パパの皆様に読んでいただきたり  
ホームページに載せることができます。

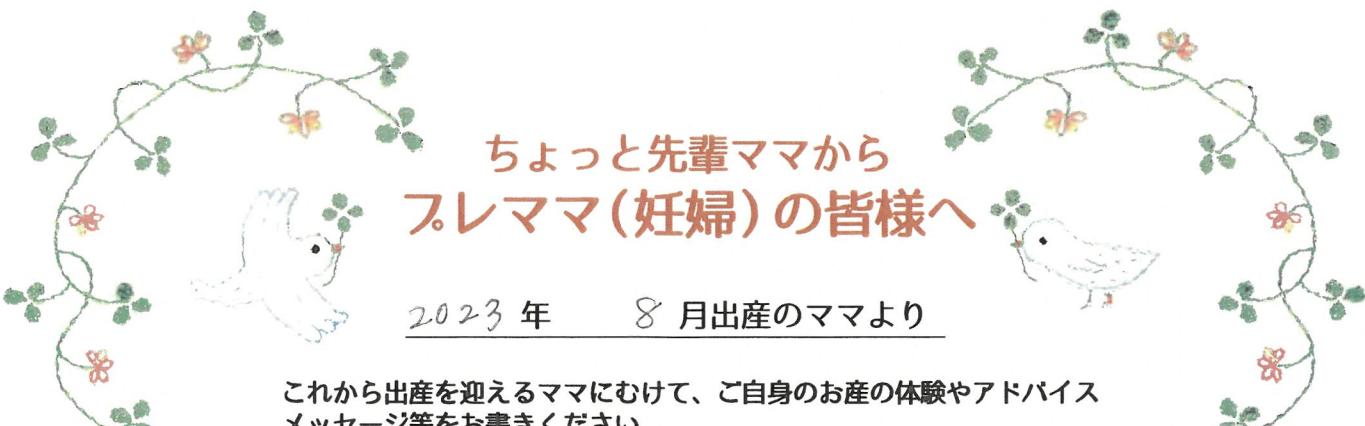
無痛分娩希望の初産でお世話になりました。

出産は痛くて辛くて大変なものであるというイメージがあり、  
子どもを産むことを考えられずにいたのですが、無痛という  
選択があることを知り、それだったら安心して落ちついて産めるかもと  
思い、母親になる決心が出来ました。結果としては無痛計画入院からの  
深夜出産となりました。ナラヤでの皆様のあたたかいサポートの  
おかげで、むしろ自然分娩で良かったかとも思っています。  
どんな分娩であっても産んで良かったと思うことが出来るのが  
しゃわせおさんという言葉の通りだと思ひます。  
ナラヤでの皆様、本当にありがとうございました。もし2人目の機会が  
あれば無痛分娩のパートナーを経験したいですね…。



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。

しゃわせ お・さ・ん  
NARAYAMA  
LADIES' CLINIC



## ちょっと先輩ママから フレママ(妊婦)の皆様へ

2023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。

外来で妊婦健診に来られているフレママ、パパの皆様に読んでいただきたり  
ホームページに載せることができます。

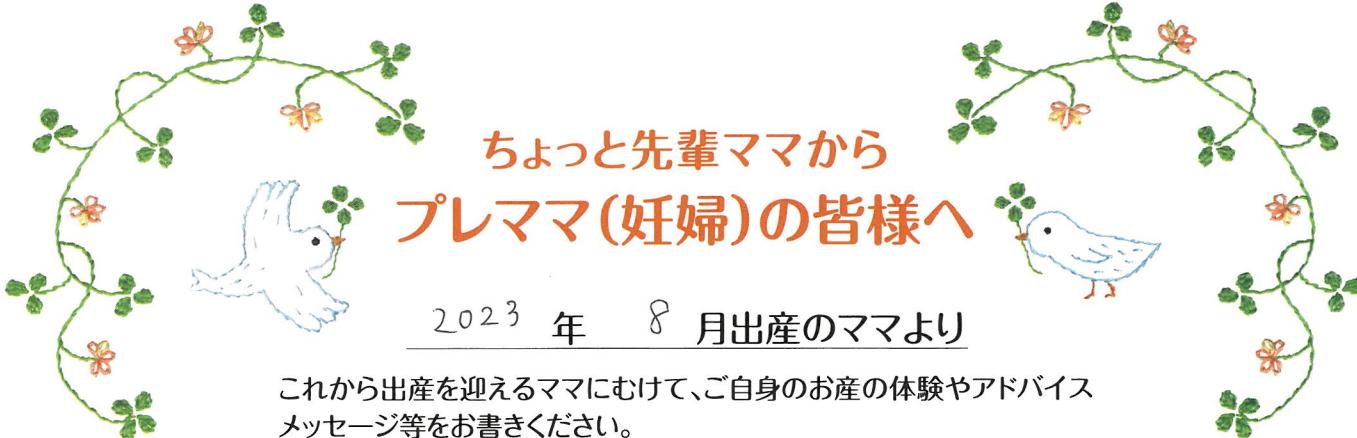
今回、2回目の出産で、2回ともナラヤマさんでお世話になりました。  
上の方のお世話をしつつだと、体が“しんどくて早く産まれないか”と  
思っていたところ、39w1dの夜に破水をして入院しました。

2人目ということで、1人目の時よりもお産のすすみが早く、どんどん  
陣痛が強くなっていました。気持ちがおいつかなくて緊張しました。  
助産師さんたちは、二度めにお産のすすめ具合を伝えてください。  
たり、気持ちに寄り添う言葉をかけてください、たりしてくれて、  
それが“ほげ”めになりました。

今回は、1人目でできなかつた立ち会い出産をしました。気軽に話せる人が“そばにいるだけで”とてもいい強くいられました。夫は、「男は  
何もできないんだな」と感じた、母は偉大だ!しっかり産んでくれて  
ありがとうございます」と言っていました。私たちの場合、夫婦の絆が  
深まり、良い立ち会い出産になりました。病院スタッフさんたちや、家族  
の協力があてできることばかりとても感謝しています。



お産は、助産師さんが呼吸をリードしてくださいなり、赤ちゃんが出てきやすい  
ようにサポートしてくださいました。何度も“がんばれ”が掛けられたけど、  
何後も何度も「頑張れ～！」と声をかけてくださいなり、無事に出産できま  
した。本当にありがとうございました。夫婦共に、一生忘れられない  
良き思い出となりました！⑨⑨



## ちょっと先輩ママから プレママ(妊婦)の皆様へ

2023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、パパの皆様に読んでいただいたり  
ホームページに載せることができます。

2人目の出産でお世話をになりました。2020年に1人目をこちらで出産して以来、今回2回目の入院でした。1人目のとき無痛分娩を希望していて、入院日まで決まりたのが、その前に陣痛がきこてしまい、自然分娩でした。今回は無痛でいたらな...と思い希望し、先生も今までに診察していく中で、結果的に今回も自然分娩でした。

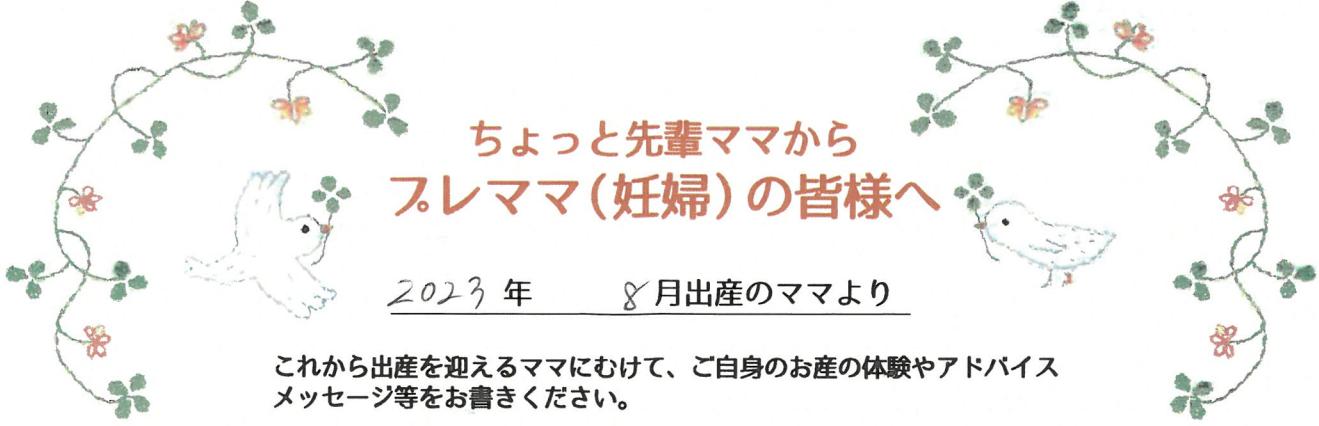
出産予定日の夜、上の子の寝かしつけが終った後から規則的なお腹の張りと痛みを感じ、それが本陣痛となりました。前日の本検診ではまだお腹の張りも少なくて、赤ちゃんも下がってきていますと言おれていて完全に油断していましたが、正面受け入れるまでの時間があまりにも短く、痛みの間隔をはかると7~8分、産院に着いて内診してもらうと子宮口4~5cmまで開いていました。そのまま入院となり、約4時間後の朝に出産しました。

上の子のときはコロナ禍で、たまに立会いもできず、いろいろ不安がありましたが、このときは出産でした。今回女により夫の立会いが叶ったのは大きかったです。目標を立てる、でも、たり、いきみ中汗びしょびしょだった時に産道を、いいともうたり何かといふ言葉がたたし、生まれた瞬間を共有できたのは、前回に増して大きな感動がありました。出産後もLDRを出さず2時間ほど一緒にいたいともらいました。あと今日は、痛みがはじめてお腹から、次第に腰にまで、そしてお尻にまで、いきたいと思つたが、赤ちゃんが降りてくる感覺があかり、赤ちゃんも元気張っていました。

入院中はスタッフの方々も優しく、体調を気遣ってくれていました。入院前は母子同室

で、元気張りたいと思っていましたが、退院後は2人育児にならうことになり、アドバイスもいたしました。なすべき体のようにはました。3人目の本検査があまかは分かりませんが、もしも、ならまたお世話をします。2人とも無事に出産させていたいと思います。

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。



## ちょっと先輩ママから フレママ(妊婦)の皆様へ

2023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。

外来で妊婦健診に来られているフレママ、パパの皆様に読んでいただいたら  
ホームページに載せることができます。

ナラヤマさんご出産(2回目)になります。

前回(里帰り出産)のため、実家から比較的近いという理由で選びました。

今回は上の子がすでに保育園に通っているため、里帰りはせず、

出産後はそのまま自宅に帰ることを決めました。

自宅近くの産院ではなくナラヤマさんご出産したいと思い、再びお世話をしています。

それは、前回の出産時、院長先生をはじめ、先生方、助産師さん、スタッフさん、

皆さんが優しい方々だったからです。

5年以上経つにも、温かい雰囲気は同じでした。

2回目の出産、新生児のお世話を、とても、やさしく實感子ということはなく、

今にも亡くなる不安や悩みを抱えていました。

決して「経産婦だら」というフレイターはかけず、親身になっ、向む合って  
ください、本当に助けられ、ありがとうございます。

赤ちゃんの状態や私の体調を考慮してください、また、私がどうしたいかという  
気持ちや考えも尊重してください。

今でもナラヤマさんご無事に出産することができて本当に良かったです。

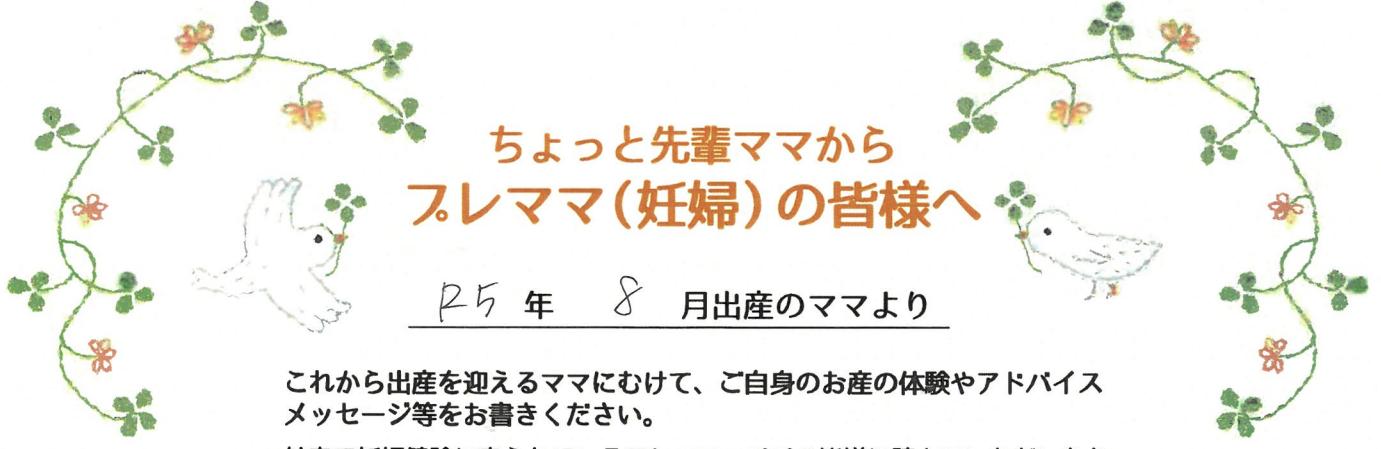
感謝の気持ちでいっぱいです。

これから出産される方も、ナラヤマさんごへん、出産育児の喜びから不安まで、  
受け止めさせて貰うと思いますので、どうぞ安心してください。



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  
お願ひいたします。

しあわせ お・さ・ん  
NARAYAMA  
LADIES CLINIC



## ちょっと先輩ママから フレママ(妊婦)の皆様へ

25年 8月出産のママより

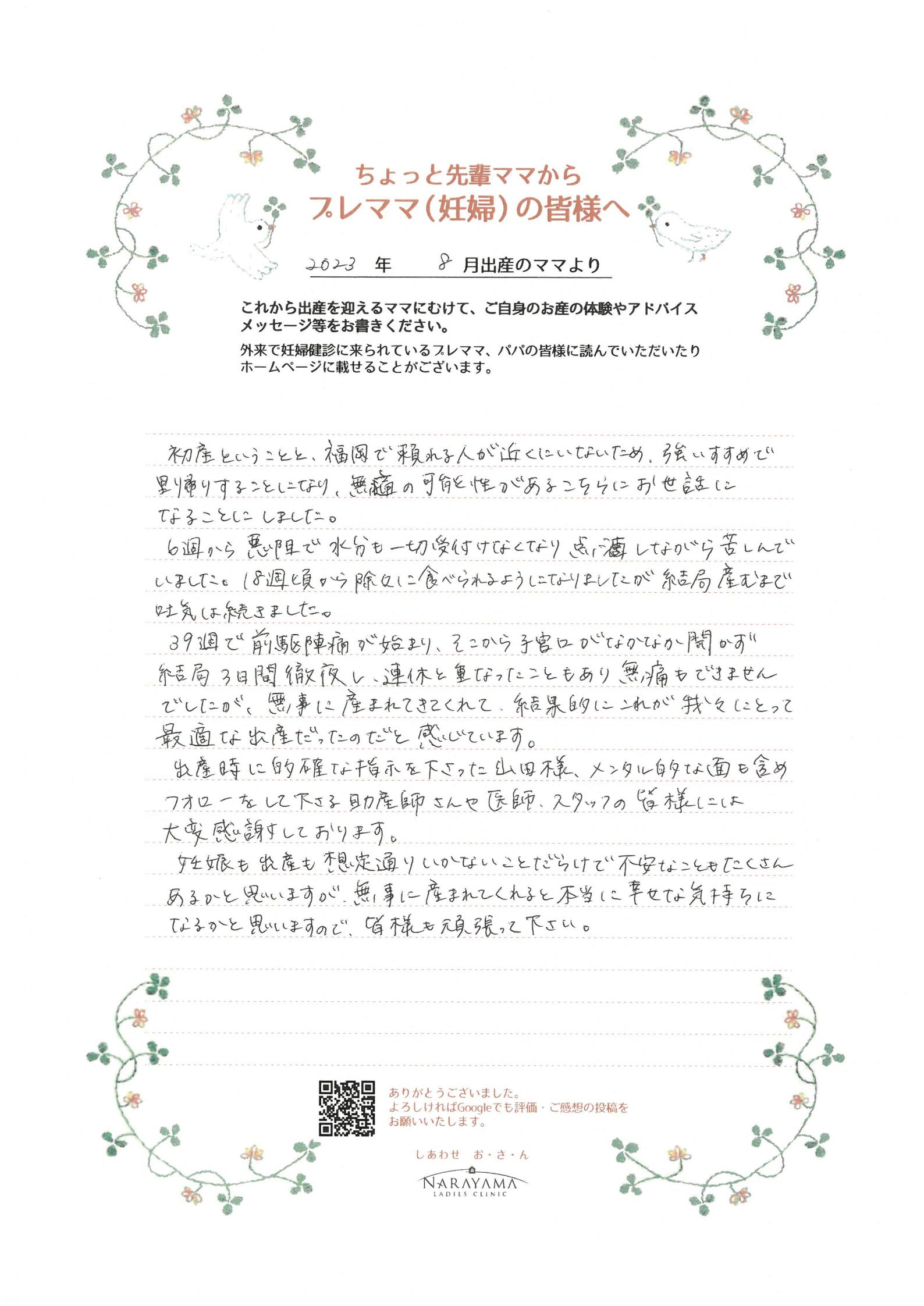
これから出産を迎えるママにむけて、ご自身のお産の体験やアドバイス  
メッセージ等をお書きください。

外来で妊婦健診に来られているフレママ、パパの皆様に読んでいただいたり  
ホームページに載せることができます。

31週くらいの検診で達子と(アヤ)。その後体調やお灸  
などもやっていましたが「そのまま戻らす」、計画帝王切開で出産しました。  
私の親王切開ではこの日私は自然分娩馬鹿でした。しかし  
、いつもしては、「当日にでも戻らす」予定日より2週間程早く  
の帝王切開。私が「低体重児」と。ここにあります「西日本では」  
2700g近くあり。ひと安心です。手術当日、注射や苦手な私は  
脊椎に麻酔の注射を打つ間で不安になりました。朝から3度でし  
たが、病院に行きました。とばに誰かやれてくれて、手をつないでくれたり、三歩  
から二歩で二歩子と教えてくれたり…と優しくサポートしながら進め  
てくれました。麻酔を打つまでは痛めはありますか? やと我ながら会え  
る嬉しさ、樂しきに気持ちで生きると頑張れると思います。旦那が当  
日コロナの関係で立ち会えず、X2以上の鳥居(私でも入り)、スタッフさん、  
先生達のおかげで乗り越えられました! 不安など、自分の弱い部  
分を全部伝えておくと何が起こる時、自分のパワーにはまだ気が付か  
せん。バースプランに写真や重写、胎盤を見に行くほど書きまし  
ました。沢山希望に満ちてけれ、記念に残るものや「夕々、ナラヤマさんで  
産んで良かったです」の術後の痛みにも寄り添ってくれ、リラックスも体調も  
悪くない細めに不義子を見に来てくれます。優しいスタッフの方に出  
会えました。そして「大部屋利用で」と「おしゃべり」  
このまま(ほぼ)個室状態で(笑)「食事もおいしくて充実した入院生  
活でした」



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。



## ちょっと先輩ママから フレママ(妊婦)の皆様へ

2023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。

外来で妊婦健診に来られているフレママ、パパの皆様に読んでいただいたら  
ホームページに載せることができます。

初産ということと、福岡で来貰わる人が近くにいなかったため、強いますめで  
里帰りすることになり、無痛の可否を性があそこちらにあせ話をじ  
て子ことにしました。

6週から悪阻で水分も一切受け付けてなり吐瀉しても苦しいで  
いました。(8週頃から陰嚢に食べられみようじてめりましてが、結果的に産むまで  
吐気は続きました。

39週で前駆陣痛が始まり、そこから子宮口がひびか開いた  
結果局3日間徹夜し、連休と重なったこともあり無痛もできませんでした  
でして、無事に産まれてくれて、結果的にこれが我が家にとって  
最適な出産だ、このたと感じています。

出産時に的確な指示を下された山田不様、メンタル的など面も含め  
フォローをして下さる助産師さんや医師、スタッフの皆様には  
大変感謝しております。

妊娠も出産も想定通りいかないことをうけて不安なところさん  
あるかと思いますが、無事に産まれてくれると本当に喜せた気持ちにな  
りますかと思いますので、皆様も元気張って下さい。



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 フレママ(妊婦)の皆様へ

2023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。

外来で妊婦健診に来られているフレママ、パパの皆様に読んでいただいたら  
ホームページに載せることができます。

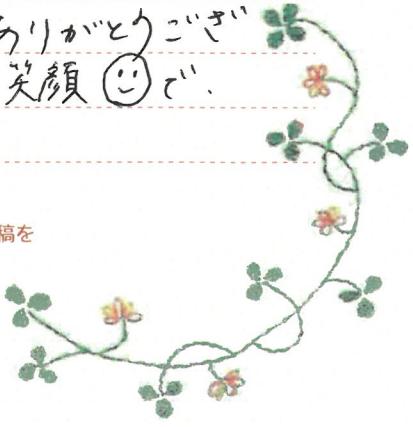
今回は2人目の妊娠・出産で「ナラヤマレディースクリニック」さんにお世話  
になりました。「無通分娩ができる、入院中の食事がとっても美味しい」と  
と以前から思っていたので、2人目を「ナラヤマレディースクリニック」で出産したいとの  
私の願いでした。

検診の際から、先生はじめ、スタッフの方、みなさんとも優しく、安心  
して、出産を迎えることが出来ました。結果的には、無通分娩は、  
かねてはせんでしたが、自然分娩で、痛いお産だったとしても、痛みは、  
すぐに忘れてしまいますし、幸せのお産になりました。

1人目の時には、コロナ禍の出産で、主人の立会い出産が、かねては  
せんでしたが、今回は、立会いが出来、主人の涙が、私は感動  
でした。立会いおすすめです。

1人1人、お産のかたちには違いますが、どんなお産であれ、助産師  
さん達が、つねにサポートしてくれ、優しく接してくれるのです。  
安心して、出産を迎えて下さい。

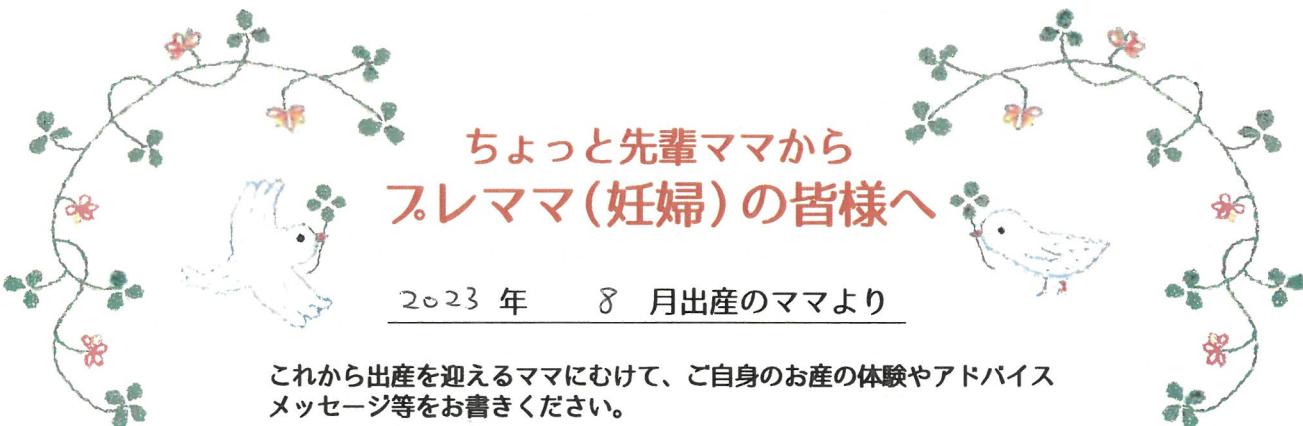
院長先生の「3人目は無通やろう」と言って下さった言葉が  
うれしくて、おもわず「はい!!」とニズミてしましました(笑)



ナラヤマのスタッフの方々、本当に支えて下さりありがとうございました。  
いました。これからが大変だと思いますが、笑顔で、  
樂しみながら育児をしていきたいと思います。



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  
お願ひいたします。



## ちょっと先輩ママから フレママ(妊婦)の皆様へ

2023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。

外来で妊婦健診に来られているフレママ、パパの皆様に読んでいただいたら  
ホームページに載せることができます。

1人目、2人目共にナラヤマで出産しました。

2歳児に弱いとの話をガリなので、若く頃から自分が出産することになら無痛分娩で産みたいくらいでしたが迷うことなく1人目から無痛分娩を希望していました。

しかし、1人目は条件が合わず普通分娩になりました。完全に出産がトラブルになり1人子でいいかな…でも2人目ほしいな…とか、うつてたところ2人目を妊娠し、なんとか39週で無痛分娩ができますところまでいいたのに色々あって結局2人目もできないと決まっちゃった。その夜陣痛がきてからも、

すこちあくて不安で×××としてたのですが、助産師さん達が私の不安な気持ちを受けとめてくれて、「かまつの言葉を」とかっこくれたり、手を握ってくれてお産を進めてくれました。

そのおかげで無事に普通分娩で出産すことができました。  
結果的に2人共無痛分娩はできなかったのですが、ナラヤマってどう?と友達に聞かれたうれしいおすすめした!と思うくらい助産師さんも先生達もとても優しく、産後も安心して過ごすことができます。

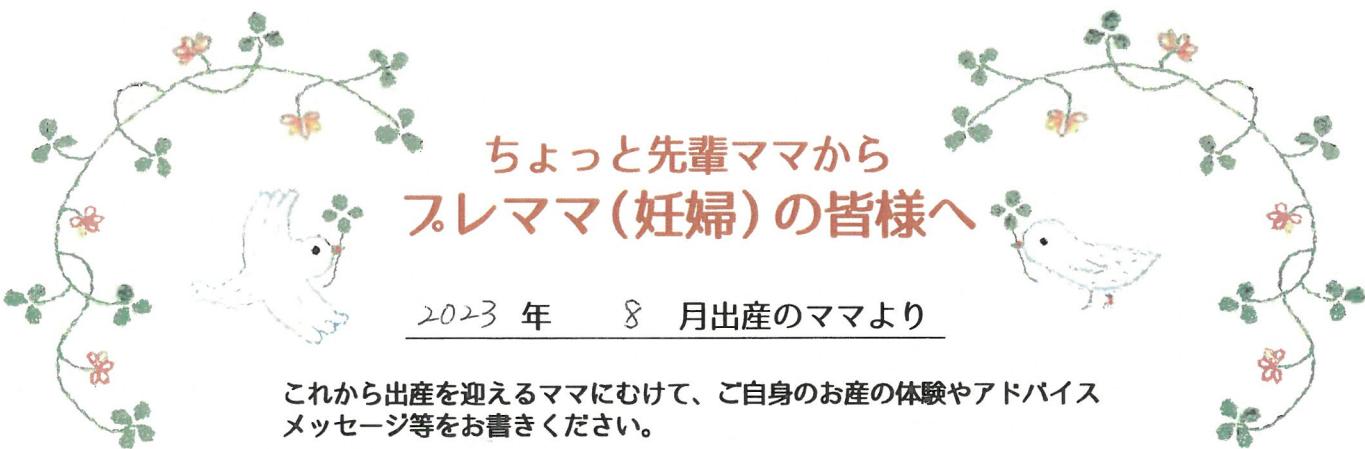
妊娠、出産、て思ひ通りにならないことがあります。ナラヤマなら助産師さん達が優しく寄り添ってくれて、先生たちがここ赤ちゃんにベストな出産を考えてくれるので「自分で選ぶに出来ない」と

下さる。

どんな出産にならても産まれてくる我が子は最高にかわいいです!!

しあわせ お・さ・ん  
NARAYAMA  
LADIES CLINIC

❶ 二人続ければお世話をします。  
ありがとうございます。



## ちょっと先輩ママから フレママ(妊婦)の皆様へ

2023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。

外来で妊婦健診に来られているフレママ、パパの皆様に読んでいただいたり  
ホームページに載せることができます。

ママへ

私は39w5dで普通分娩にて男の子を出産しました。この子は2人目で、上に3歳の  
お兄ちゃんがいます。

もともと計画無痛分娩を希望していましたが、妊婦健診の前日の夜に陣痛がきて  
病院に到着してから3時間で赤ちゃんに会うことができました。

お兄ちゃんの時は別の病院ででしたが、仕事で無理をしきて早めに産休に入り、安静期間が  
長かったので、子宮口が開いてしまってしまい陣痛から18時間後に会えました。

もし、家事や仕事をがんばりすぎていったら、ご自身の体調を第一に考えぜひ周りに相談  
してくださいね。ママと赤ちゃんが無事に会えるよう応援しています。

先生もスタッフの皆さんとっても優しいのでたくさん頼ってください。ごはんもおいしいですよ!!

パパへ

ママは自分の体を盾にして10ヶ月間赤ちゃんを守っています。

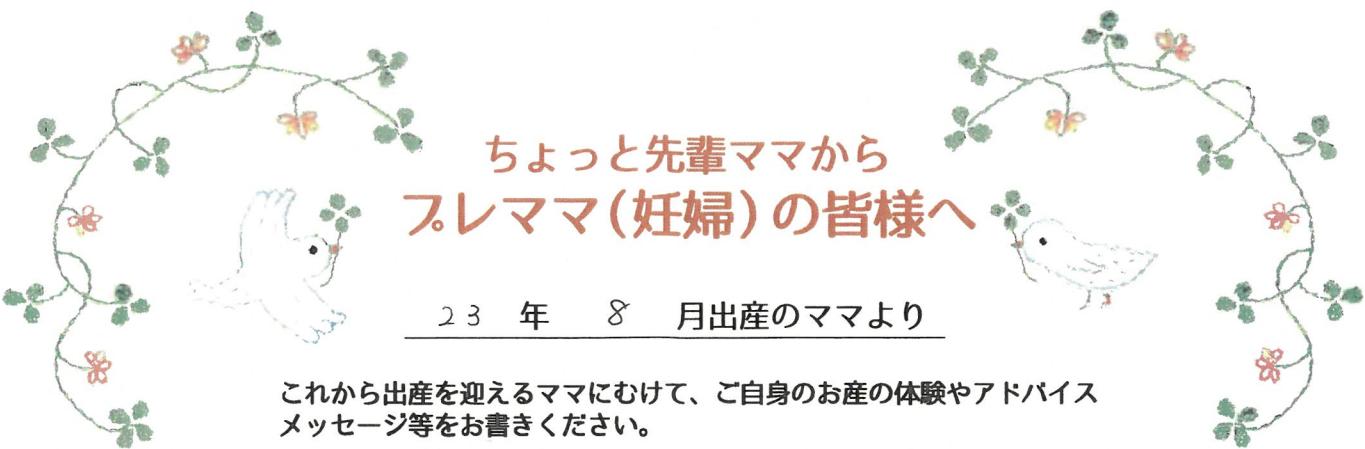
体はもちろん、いつもとっても疲れていて以前とは違った姿を見せずとも止めません。

家事を率先して担当したり、ママの食べたい物を用意したり、ちょうどいい子方は  
ぜひ全力であそんであげてください。

子供の誕生をきっかけに夫婦の関係性はがらと変わります。

パパが家庭を大切にして家族と向き合うことでこれから先ずっと仲良くすごせますよ!

ママがいてなくてもおうちのこと、子供のこと、なんでもできるからいいパパに  
なってくださいね。応援しています。



## ちょっと先輩ママから フレママ(妊婦)の皆様へ

23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。

外来で妊婦健診に来られているフレママ、パパの皆様に読んでいただきたり  
ホームページに載せることができます。

3人目の出産で、今回初めてナラヤマさんにお世話をになりました。

1人目、2人目同様、予定帝王切開での出産でした。

パパが待つ廊下とカーテン1枚のみで区切られた空間で、帝王切開が行われました。

「産声を聞いてもらう」という、1人目、2人目(総合病院での出産でした)の時には難しかった  
事を叶えることができ、非常に嬉しかったです。

3回目とはいえ緊張していたのですが、助産師さん、看護師さんが近くです」と声を掛けて  
くださり、とても安心出来ました。産まれてすぐのツーショット写真を含め、オペ室で頂いた  
プレゼントだけでもすごく感動力しました。(お部屋に戻ってからもお産がたくさんありました!!)

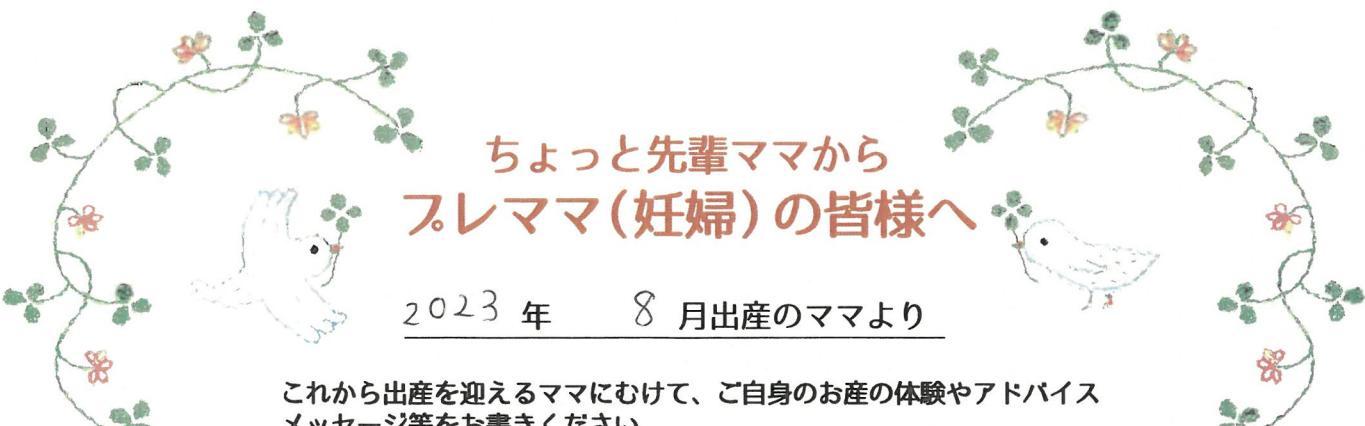
スタッフの方々は皆様とても親切で、1週間の入院生活を安心して送ることができました。

母子同室ですが、産後のママの身体を1番に気遣ってくれて、休みたい時はいつでも赤ちゃん  
を預かってくれました。「休める時に1本んでね!」という雰囲気がとてもありがたかったです。

そして「食反は毎食豪華で、とてもとても美味しいかったです!!!」

妊娠、出産は奇跡だと思っていますので、今回も無事に出産を終えるまで不安もありました  
が、やはり赤ちゃんはとてもかわいいです。一瞬一瞬を大切に、これからも育児を  
楽しもうと思います。

これからパパ、ママになる皆様の出産が素敵なものになり、赤ちゃんとの  
楽しい生活が待っていますように。



## ちょっと先輩ママから フレママ(妊婦)の皆様へ

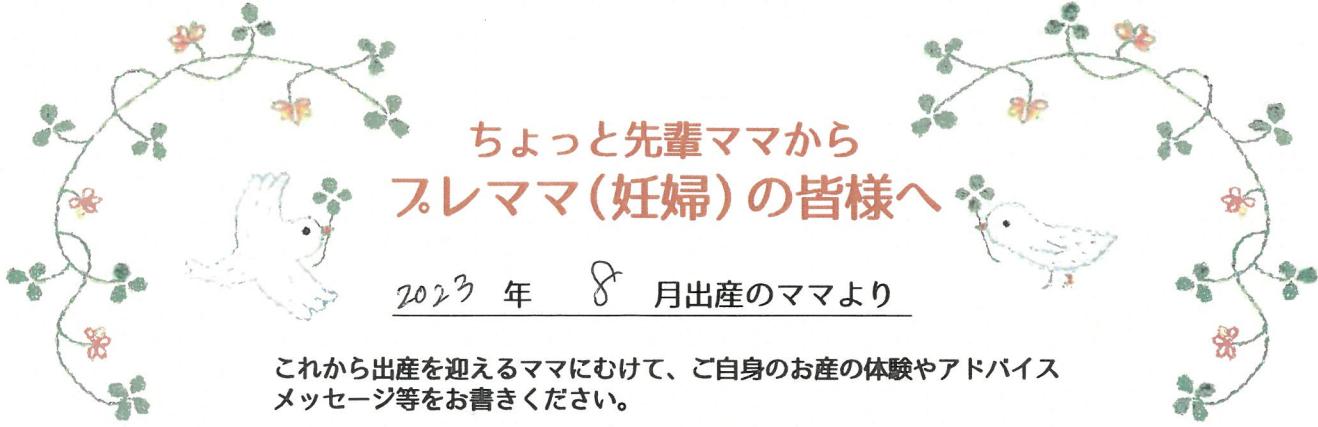
2023年 8月出産のママより

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。

外来で妊婦健診に来られているフレママ、パパの皆様に読んでいただきたり  
ホームページに載せることができます。

今回3人目の出産でしたがナラヤマさんでの出産は初めてでした。以前婦人科に何度も通院していた事もあり、「次出産するなら絶対にナラヤマさん」と決めていました。ナラヤマさんは先生を始め助産師さん看護師さんスタッフの皆さんから親身に寄り添ってくれます。2人目の出産から8年あればいいのと、2度の流産、不妊治療を経てやっと授かった命、前回の出産にいい思い出があまり無いのと陣痛への恐怖など不安がいっぱいでしたが助産師外来などでたくさん話を聞いて下さいました。お産の時も痛みで余裕がない私にたくさん声をかけてくれて励ましてくれて、今までで一番良いお産になりました。入院中も授乳時間の度に様子を見に来てくれて、おっぱいの状態や赤ちゃんがちゃんと吸えているかなとこまめにチェックして下さいました。食事も毎回おいしく、トイレやシャワー室もいつも清潔で住みたいくらいです(笑)

ナラヤマさんで出産できて「しあわせおさん」を実感する事ができました。お産=不安ではなく、お産=幸せなんだなと思いました。今回の妊娠・出産で関わって下さった全てのスタッフの皆様に感謝です。ありがとうございました!



## ちょっと先輩ママから フレママ(妊婦)の皆様へ

2023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。

外来で妊婦健診に来られているフレママ、パパの皆様に読んでいただいたら  
ホームページに載せることができます。

1人目に引き続き、2人目も二ちらでお世話になりました。

1人目は無痛を希望しましたが、土日の出産となにならため、自然分娩  
となりました。今回は、逆子だからため帝王切開で出産となりました。

予定日の20月くらい前からひんぱんにお腹が張るようになります。産休  
に入る前に七切迫早産気味とのことで自宅安静となりました。逆子  
体操もできなくなり、子が自ら回転するのを期待していましたが、とく  
とく手術日当日まで三治らず、帝王切開となりました。

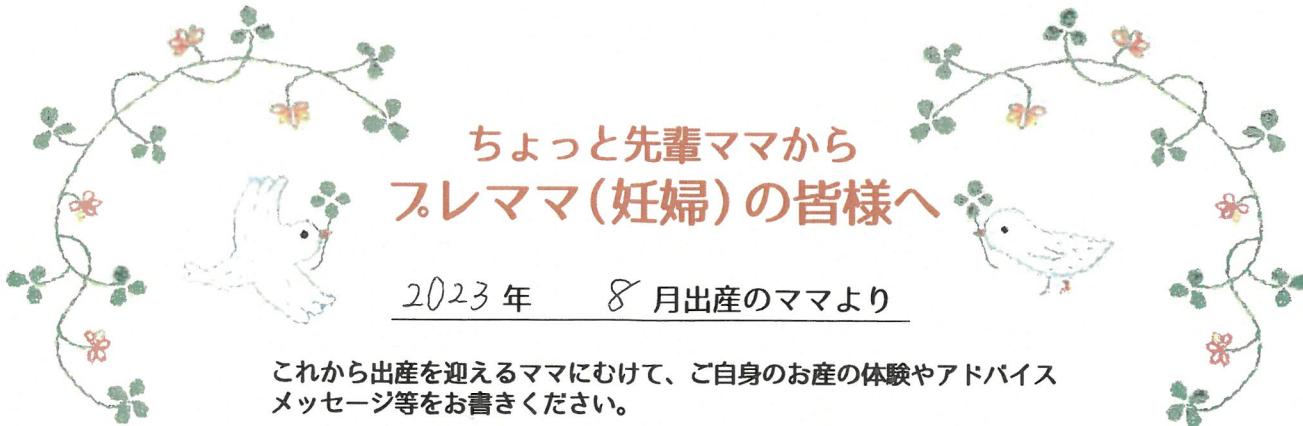
陣痛が近いといえ、お腹を切るわけですから大変緊張しました。  
ナラヤマの助産師さんが「大丈夫ですよ」「安心してね」「つまづからぬ」と優しく声をかけてくださいり、お医者さんも麻酔を打つ段階からとても  
優しく指示してくれたり、「おとはみさんには伴と合わせてください!」と覚悟が  
決まりました。手術始まで10~15分ほどで赤ちゃんが生まれました。  
やはり、第一子と同様にほととて涙が出てきました。

帝王切開はウサの通り、術後のお腹の傷、後陣痛の痛み  
とたまうことにあります。しかし、助産師さんが全面的にサポート  
してくれたり、痛み止めも処方にもらえていたりは術後1日目で、それ  
以上はほとんど復してしまいました。不安な方もいる子と思いながら、  
1、2日我慢すれば大丈夫です。安心してください、入院生活は楽めます!  
ごはんがとてもおいしく、快速でした。ナラヤマのみさん、  
年齢的にも私はこれが最後かと思いつか、本当にありがとうございました。  
幸せなお産を2度も経験でき、感謝しています。



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 フレママ(妊婦)の皆様へ

2023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。

外来で妊婦健診に来られているフレママ、パパの皆様に読んでいただいたら  
ホームページに載せることができます。

私は初めての妊娠、出産で不安がたく、産院を探す際は  
無痛分娩を希望していました。ホームページに掲載されていた  
先輩ママからのメッセージを読んで、ナラヤマさんに決めたので…  
と少ししたけ懐かしい気持ちです。

最終的には、促進剤→自然分娩でのお産となりましたが  
無事に元気な赤ちゃんを生むことができたのもナラヤマさんの  
皆様に、とても良くなっていただけおかげです。

深夜からの陣痛が辛かった時、促進剤が決まって不安で  
泣いてしまった時も優しく声掛けしてくださいました。今振り返っても  
あの時の励ましがなければいざ折れていたと思います。

分娩台に乗った後、弱音を吐き続ける私に「上手!!もうすぐよー!」  
とずっと声を掛け寝てもうれたことが一番の救いででした…笑

産後も不安いっぱいの中、それでも何かよか自分から色々聞けながら  
日々も、あれも、これもたくさん教えてくださいって安心でした。  
産後どんどん変化する自分の体に戸惑うことが多かったです  
我が子が本当に愛しく尊い存在です。

これからパパ、周りの人に対するサポートしてもらいつながら良き母になりました  
と思います。

ナラヤマスタッフの皆様本当にありがとうございました。

これからママによる皆様もしあわせながら産んでありますように

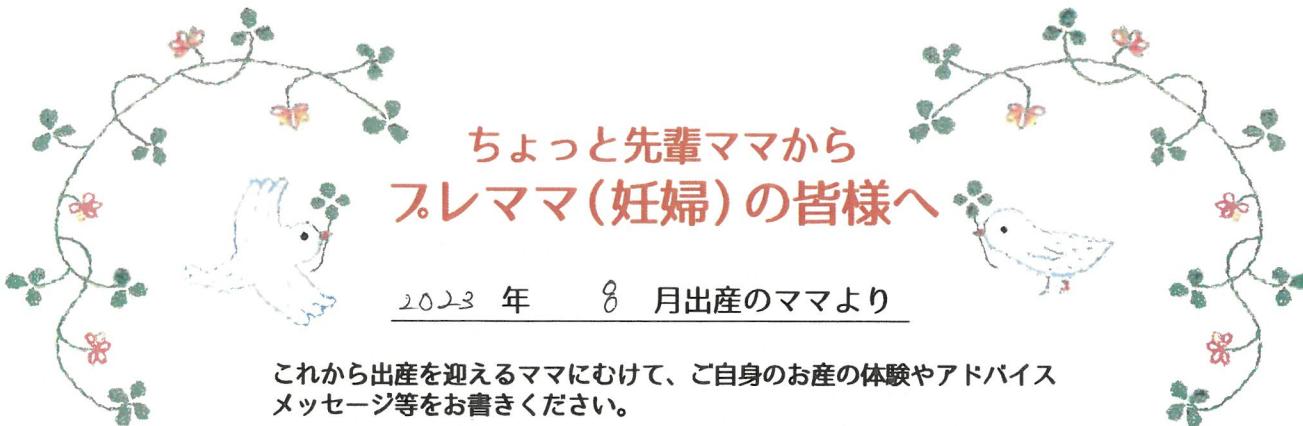


ありがとうございました。  
よろしければGoogleでも評価・ご感想の投稿をお願いいたします。

しあわせ お・さ・ん  
NARAYAMA  
LADIES CLINIC

次回もレ2人目を妊娠する  
ことが“できればまたナラヤマさんで  
お世話をになりたい”と思います。





## ちょっと先輩ママから フレママ(妊婦)の皆様へ

2023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。

外来で妊婦健診に来られているフレママ、パパの皆様に読んでいただいたら  
ホームページに載せることができます。

1人目と同じく2人目もナラヤマレディースクリニック様でお世話になりました。  
経産婦だから前回よりも楽かなと勝手に思っていましたが、そんな事はよく  
二人目は二人目で「大絶でした。深夜に陣痛の間隔が4分切っていたので」  
そこから入院しましたが、子宮口は剥離をして5cm。  
立ち会いが出来れば、と思っていましたが、夫は上の子を保育園に預けたから  
でないと来れない為、それで待っていてくれるかとビビヤでした。お腹の赤ちゃんに  
届いたのか、ゆっくり子宮口が開いて、夫が到着した後に暫くして破水しました。  
そこから出でくまで2時間、疲労困憊で力が入らずとも長く感じました。  
腹筋が弱く、あまり力もなくて、助産師さん達が全力で手伝って下さいました。  
夫に苦しいている顔を見られるのが恥ずかしく、産まれる30分前くらいに入れて  
もらう予定でしたが、もう入ってもらちゃお！という提案で産まれる30分前くらいに入れて  
もらい、一緒に手伝ってもらいました。結果、助産師さん達と先生と夫に囲まれ、  
沢山励まされ、そのおかげで最後まで心が折れることなく頑張れました。  
前回の出産では立ち会うことが出来なかつた、今回で無事立ち会うことが出来て  
夫も私も大丈満足でした。助産師さんが早めに夫を参加させてくれたおかげです！  
2回目の出産もやはりとても不安で怖がっていましたが、優しく頼れるスタッフの方々  
ばかりなので、頑張れました！2度もナラヤマレディースクリニック様でお産をする事が  
出来て本当に良かったです。

これから出産を迎える皆様が素敵なお産になりますように！