

ちょっと先輩ママから
プレママ(妊婦)の皆様へ

2024年11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。

ナラヤマで2人目を出産しました。上の子もナラヤマにお世話になりました。上の子は36週で破水してしまい、36週と4日でお産。3日とはいえ早産であったことは、出産直後はもちろん、その後も色々と不安がたたかたことを覚えています。そんなとき、助産師さんが、「小さいけれど赤ちゃん元気いっしょだし、ミルクも沢山飲んで心強いしなめて大丈夫だよ!!」と喜んでくれた時は安心して嬉しかったです。2人目を妊娠し、ナラヤマでと思っていたのですが、複数の助産師さんから聞いていただきとても嬉しかったです。2人目はとにかく37週を目標に、不安なことは助産師さんや先生に聞いて解決しました。聞きやすい雰囲気であったからこそ、ストレスなく出産を迎えることができたのだと思います。また、上の子が陣痛から出産までが早かったことから、助産師さんにあらかじめ「陣痛かも!と思ったら10分間隔じゃなくても電話して!!」と伝えていただいていたのも安心材料の一つでした。実際、出産当日も陣痛かな...くらいで電話したら、「○○○○さんでしょ? すぐおいで!!」と喜んでくださいました。出産は上の子の時もお世話になった助産師さんで、とても心強かったですし、「上手だったよ!!」と沢山ほめてくださいました。産後もママファーストな声かけをしていただき、心身ともに回復できたように思います。退院後もいつでも頼ってね、というスタンスのおかげとても嬉しく心強いです。今回改めて思いました。



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



2024年 11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。

ナラヤマさんでは 2人目の子を出産しました。第一子は別の病院
で産み、2人目ということで、周りからも1人目より道ができてるから楽だよ
大丈夫! 1人産んでるんだからと言われ私自身も余裕でした。


いざ陣痛が始まり、スムーズなお産だったらしいのですが、初体験なくらい
大変に感じました。それと同時に命懸けで産むことこころやうことかと改め
思いました。弱音を沢山吐き、お見苦しい姿をお見せし、助産師さん、
院長 あいせんでした。そしてありがとうございました。支えてくれた

お陰で無事 最後私 自分のかで産むことができました。(1人目は^産産子
記憶に濃く残るお産になりました。〇〇さんありがとうございました!!

会陰切開の傷も、後陣痛もまだ痛む、2人目... 家に帰たら
上の子の面倒が^{休めない}から入院中夜は預かってもらえたらなーと思っ
ていいたが、夜間預けても大丈夫。入院中夜はちゃんと預ける人もいるし
休めるときに休んでと、おっぱいの様子を見て決めましょうと声をかけて
いただき嬉しかったです。朝もシャワーの後我が子を迎えに行く朝
ごはん食べてからでいいよと、一人で中々食事、睡眠、シャワーができたの
は上の子を産んで以来、里帰り以外なくともリラックスできる時間で
助けられました。



皆さんが優しく、ごはんもおいしい、シャワー、パウダールームにリフレッシュ
あるとても過ごせやあい入院生活でした☆



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。

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

2024年 11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、パバの皆様にご読んでいただいたり
ホームページに載せることがあります。

今回は初めての出産でした。5月頃に妊娠が判明。12月1日が
予定日だと告げられました。その後、6月上旬に出血し、切迫流産で
2週間ほど緊急入院。手を震わせながら電話したのを覚えています。
ナヤマさんに着いてからスタッフの皆さんに優しいお言葉を沢山
かけて頂き、気持ちも少しラクになりました。幸い、入院中すぐに出血は
止まり、赤ちゃんも元気で妊娠を継続することができました。

妊娠中期頃から血圧が高めだということでも測定することに。
丁寧に経過観察をして頂いた結果、妊娠10ヶ月(36週4日)の
助産師外来②の時に、今まで以上に血圧が高いこと(上が140)お腹の
中の赤ちゃんの成長がグラフから外れて低迷していることが分かり。
このままでは赤ちゃんが危険なこと、経腔分娩だと大変なリスクを伴う
ことから帝王切開になる運びとなり、その日のうちに緊急入院。突然
のことで驚きながらももう身を任せるしかないかとベッドで眠りについた
のですが、その日の23時半頃に突然の破水。触診を受けて子宮口が
6割開いていて、その時点では陣痛もなく分娩室へ。8割ほど開いて
ようやく痛みが激しくなり、破水から3時間ほどで出産に至りました。

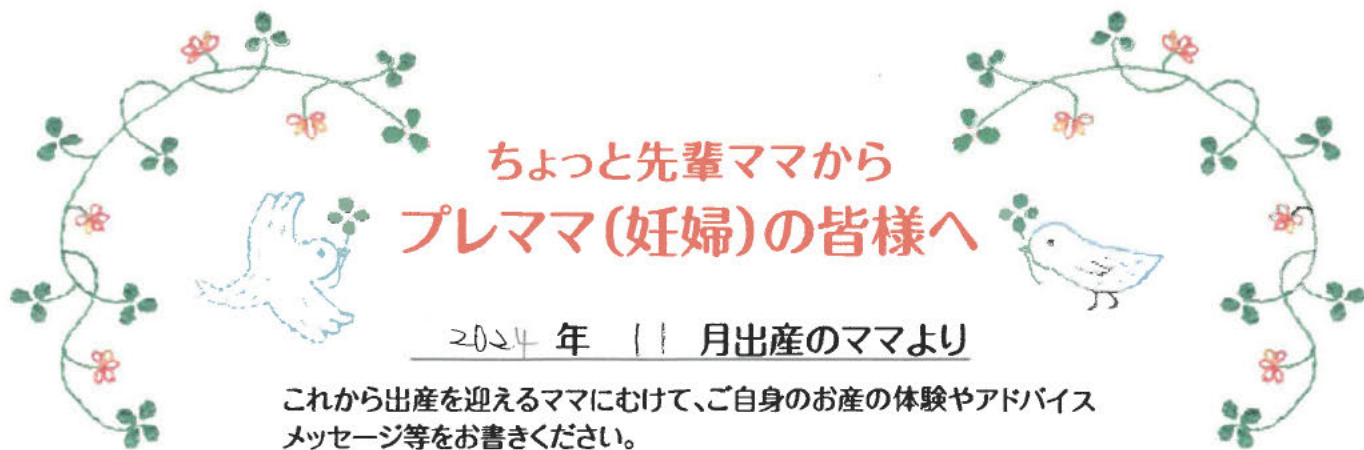
赤ちゃんは1日経って大きな病院へ搬送されていきましたが、スタッフの
皆さんが沢山気にかけてくださったおかげで、安心して入院生活を
送ることができました。波乱の妊娠出産でしたが対応して下さった
スタッフの皆さん、本当にありがとうございました！



ありがとうございました。
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

2024年 11 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、パパの皆様読んでいただいたり
ホームページに載せることがあります。

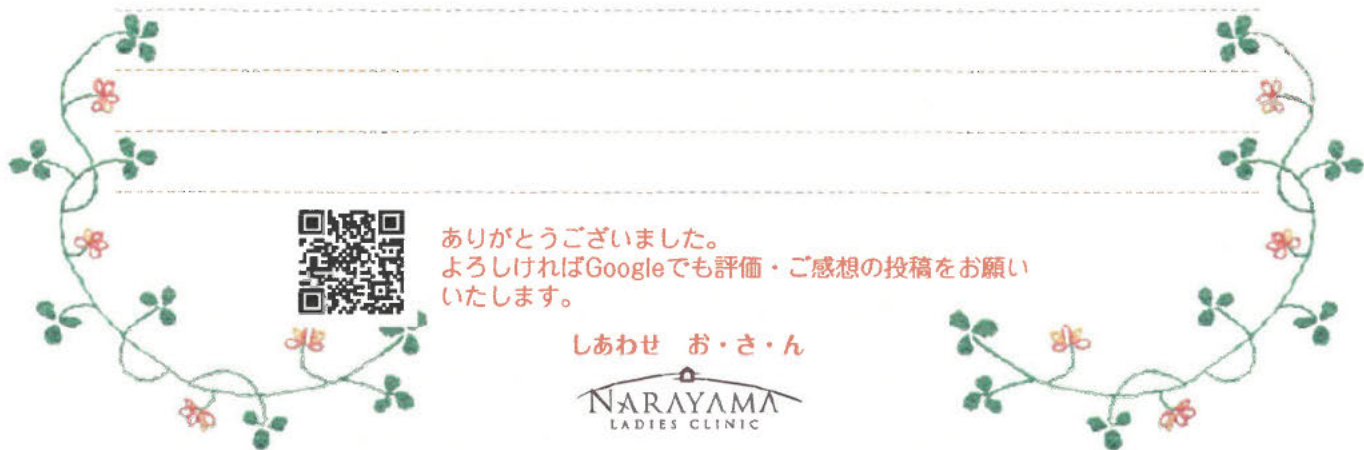
FOR FUTURE MOM'S IN AGED AND NEARBY
AREAS, I WARMLY RECOMMEND NARAYAMA CLINIC.
EVERYONE WAS EXTREMELY ATTENTIVE TO
ME THROUGHOUT OFF MY PREGNANCY,
SPECIALLY SINCE I DON'T SPEAK JAPANESE.
I RECEIVED ALL THE ATTENTION AND
SUPPORT I NEEDED!

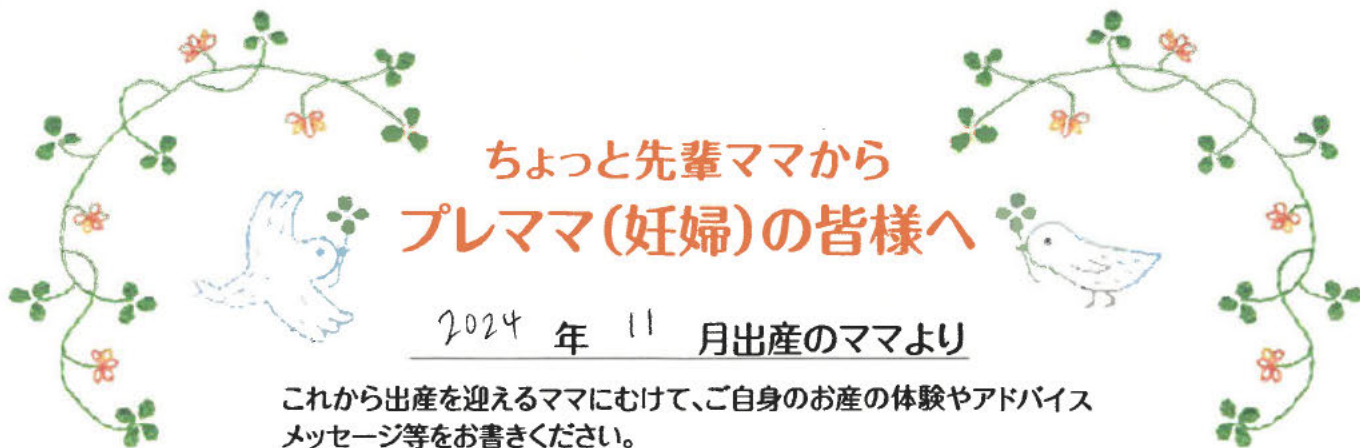
MY SPECIAL THANKS TO DOCTOR
[REDACTED], THE DEAR [REDACTED]-SAN, [REDACTED]-SAN
AND EVERYONE WHO WAS WITH ME ON
THE DAY MY DAUGHTER WAS BORN,
MAKING THIS EXPERIENCE WONDERFUL
SO, IF YOU ARE LOOKING FOR A MEDICAL
CLINIC TO HAVE YOUR BABY I HIGHLY
RECOMMEND NARAYAMA LADIES CLINIC.



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

2024年11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見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、初めての出産でした。予定日より早くの出産となり、いろいろと不安な
気持ちで入院しましたが、助産師さんのみな様が、何かあるはずにかげわ
てくれて、不安なことや分からないことまでいかに丁寧に対応していただき、おかげで
気持ちが楽になりました。

いざ、分娩室に入って出産となったとき、旦那と一緒に励まして下さったり、呼吸
の仕方、いき方をしっかり教えていただけたおかげで、出産すまでスムーズで
とてわりでした。

入院中も、授乳やおむつ交換で苦戦しているときも、いかに指導していただい
てとてわりでした。

これから出産を向かえるママ様も、いろいろと思うことや不安なことあるかもしれませんが、
自分の赤ちゃんを見ていると、やっぱりがんばらうと思えし、助産師さんのフォローもありとて
心強いです。私もまだまだ未熟ですが、前向きに赤ちゃんと一緒に成長して
いこうと思います。

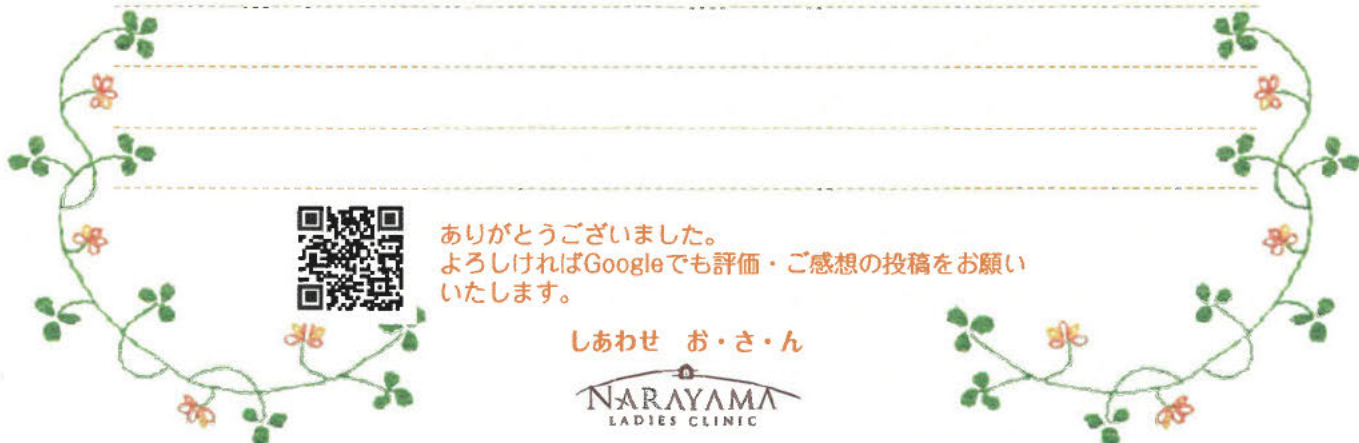
ナラヤマレディースクリニックの助産師のみな様、本当にお世話になりました。
また機会があれば、たまには、ナラヤマレディースクリニックさんでお産したいです。
ありがとうございました。



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

2024年 11 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。

約 10ヶ月間、ママのお腹の中で ぐくぐくと大きく育っ

くれたベビーと (はじめての顔合わせ 😊)

ドクターや産婦人科の先生さんの心強くも優しい声かけで

たくさんのお力を頂きました。無事に出産を終える

事ができて赤ちゃんを抱いた時の言葉にならない嬉しい

気持ち、感謝は、本当に幸せです。

妊娠中は、不安な事や心配な事も多いと思いますが、

ナラヤマレディースクリニックの皆さんは、とても親身になって

寄り添ってくださるので本当にありがたかったです。

私は今回の出産は 3人目でしたが、上の子ども達の

心配、ベビーの心配、自分の体調の心配と不安も

多かったのですが、たくさんのフォローと手厚い対応に

本当に感謝しております。 出産日に回診に来て

くださった黒須院長に 『おめでとう!』と 心強く

言っていただけで、すごくうれしかったです 😊

ついにママのみなさま、色々なご不安な事も多いある

かと思いますが、お体を大切に、母子共に

無事にご出産をできる事を願っております ♡

読んでくださったみなさまに 幸せあれ ♪”



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

2024年11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なっていただきたり
ホームページに掲載することがあります。

今回3人目の出産で初めてナラママさんで世話になりました。
分娩方法は、無痛分娩を希望していましたが自然分娩
となりました。~~ママ~~お産が早まり自然分娩となりましたが、
今回のお産では担当して下さった助産師さんが本当に親身
になって下さり、辛い時は「大丈夫大丈夫！怖くないよ！私と一
緒に呼吸を合わせよう！」などと優しい言葉を掛けて頂いたり、
時には横について腰をマッサージして下さったりと私が少しでも
落ち着けるように沢山のことをして下さりました。
3人目でもやっぱりお産は大変でしたが、担当して下さった助
産師さん全員が私と赤ちゃんのために一緒にお産に挑
んで下さった、「しあわせおさん」でした♡
産後すぐのトラブルも助産師さん全員で共有して下さり気に掛
けず、その日のうちに改善して頂きました。
その後の入院中も休めぬとみに休んでね、と皆さんが気遣って
下さり赤ちゃんとの時間も楽しみたいも身体も休められました。
希望の無痛分娩にはできませんでしたが、助産師の皆さん
のおかげで乗り越えられました。

皆さん本当に有難うございました。



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

2024年 11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。

今回、2人目の出産でお世話になりました。

前回他院で出産しましたが、陣痛から3時間半での出産だったこと、高齢
出産で産後の疲労感を少しでも軽くしたい、上の子を手助けする都合などから
計画無痛分娩を希望していました。

38週の健診で希望通り、無痛の日程を組んで頂き、前日入院しました。ところ
が、深夜に陣痛が始まり、早朝に自然分娩となりました。無痛ができると
入院していたので、バの整理がつかない状態で陣痛と向き合わなければなりません
でした。体にかかっけてしまい、呼吸も苦しくなりました。

私が今回の出産で学んだことは、たとえ無痛を希望しているからといって、必ずしも
できるわけではないことをしっかり受け止め、自然分娩に備える必要があるという
ことです。前回は無痛を希望していなかったのに、呼吸法やウォーキング、スクワットなど
安産となるようあらゆる準備をして臨んだのを思い出します。たぶん、私にとっては
は今回の方が痛みが強く自己責任に残っています。

これから出産される予定の方で無痛を希望されるとしても、しっかり準備をやる
ことで無痛ができなかったとしても、痛みを少しでも抑えることができると思います。

あと出産の時はナラヤマの優しいスタッフの皆さんが助けてくれたので、1人ではない
です!! 急激に痛みが増し、半分パニックになりましたが、担当の助産師さんの

呼吸法などの声かけが今でも耳に残っていて本当に助けられました。

今回母子ともに無事に出産できたのは、温かいサポートがあったから
だと感謝しています。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

ちょっと先輩ママから プレママ(妊婦)の皆様へ

2024年11月出産のママより (初産、29歳、自然分娩)

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
ホームページに掲載することがあります。

妊娠おめでとうございます。私も妊娠初期に待合室に置いてある先輩ママさんのメッセージを沢山
読んで参考にさせてもらい、なあと悩んでいたけど、今書きはじめました(笑) 妊娠が分かったとき
はうれしい気持ちでいっぱいだった反面、つわりはとうとう健康な子が産まれてくるかな? など不安
なこともありました。幸いつわりは軽めでしたが、ベビとお友だちが日本も多かったです(笑) 我が子は
1健診時すでに成長曲線の下めで常に小さめのねと言われていたのに心配していましたが、後期
に急成長してくれて2950gで産まれてくれました! 中期には妊娠糖尿病の疑いがあり再検査して
クリアしたのですが、食生活を見直すきっかけとなりました。そして正期産に入ってから、色々な陣痛
シミュレーションしながら産まれる日を待ち遠しく過ごす日々でした。しかし予定日になっても全く
産まれる気配がなくて不安になっていたところ、40週5日で旦那の連休初日に無事立ち会い
出産することができました(笑) 赤ちゃんなりにステキな誕生日になるように選んでいるのかなと思ったり(笑)
出産当日は4:30陣痛開始台(6~7分間隔)、8:30病院着、10:50子宮口全開、11:30破水
13:11出生の赤ちゃんという流れでした。初産だったので、時間がかかると思っていたけど、助産師さん
たちの呼吸法やいきま方を忠実に言いつけたりとがんばったことでスムーズに落ち着いてお産が
できたと思います。的確なアドバイスや優しい声かけなど本当にありがとうございました! 入院中
も職員・スタッフのみなさま全員があたりにくて、安心して過ごすことができました。ご自身も本当に
全部おいしく、いっぱい食べすぎで常に満腹状態でした(笑) 2人目を妊娠することができたら
またトラヤマさんで産みたいです! 今は産後すぐなので、次は無痛分娩がほしいな〜って思います(笑)

これから出産を迎えるプレママさんたち皆さんの安産をじっから願っています!

我が子は本当に可愛すぎるので、皆さんもお子さんに会えるのを楽しみにしながら、残りの

ママ生活楽しんでくださいね♡♡ たい探しています(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。

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



2024 年 11 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、パパの皆様読んでいただいたり
ホームページに載せることがあります。

私は今回第1子に続き、第2子をこちらのクリニックで“出産しました。
上の子を預ける関係で、計画分娩を希望していました。それを外来で
相談したところ、計画分娩は38週以降に子宮口が“開いてきて(3センチ
以上)赤ちゃんが“降りてきていれば“可能とのことでした。私の場合、
38週の外来ではまだ子宮口が硬く2センチ開いてきているけど”、39週まで”
様子を見ましようということになりました。計画が立っていないことへの不安は
ありましたが、何より赤ちゃんが“まだ”お腹の中にいたんだ”と思うように
無事に産まれてきてくれるのが一番で”
していました。結果、次の外来の前に陣痛が来てパパが立ち会いできる
タイミングで“元気に産まれてきてくれました。
出産前はいろんなことを考えてしまて不安になることはあると思いますが、
お腹の赤ちゃんが“ママのいいタイミング”をみて産まれてきてくれると思います。
赤ちゃんと一緒に出産頑張ってください!



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

2024年 11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 第2子出産で検診から初めてクラヤママさんにお世話になりました。
つわりでつらかった時に点滴でお世話になった助産師さん、お電話で相談に
のっていただいた方々や助産師さんの優しいお声かけに検診時から、あたたかい
産院だなと思っていました。

経産婦だったので早く産まれてくるとそわそわしていたものの、予定日検診では
全く降りてきていなく帝王切開になるかもと言われ、必死で雑巾掛けやウォーキングを
始め、スクワットでは筋肉痛でした。3日後の検診もまだ少し上の方と言われていたが、
帰りの車内で陣痛の間隔が12~13分になっていて、帰宅して夕食を食べながら電話
すると、(その頃10分間隔くらい)来てくださいとなり、夕方には入院となりました。当日の朝
おしるしがあったこと、内診時におまじないをさせていただいたことで陣痛が起きたのか
しれませんが、急だったのが驚きました。産前回の出産では立ち会い不可で初めての
夫の立ち会い出産。助産師さんの的確な指導により、夫にも押して欲しい所を
押しもらえたり、痛みのない日手は上の子の話をして、家族がいるだけで安心感もありました。
いざ、分娩にうつる時は「目を見て」「足ひらく」「赤ちゃんもつらいよ」と声かけをしてもらい
3700g オバーの大きな赤ちゃんが中々出てくず、つまる感覚も分かりましたが、頭をさわれた
こと、やっと出てきた日時は、痛みがあったことよりも会えた喜びと感動がいっぱいでした。

出産が22時半と遅かったため、当日も眠れず、すぐに1日目でしたが、夕方まで
イナンでいいよと言っていたとき、母子同室せずには身体を木めて、その後も
毎晩預かっていて、甘えさせてもらいました。毎日の変わる助産師さん
どの方も本当に優しく、温かいお言葉をいただけてお一人お一人が

素晴らしく 素晴らしい方ばかりでした。



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

清掃やお食事のスタッフの方、みなさんのお気遣いもお声かけもとても嬉しかったです。毎日のおいしいお食事におやつに、産後の入院にもかかわらず、一人で旅行に来たような感じで本当にゆっくりとさせて過ぎていけて良かったです。

退院してから毎日の寝不足と上の子のお世話とで忙しかったりなりそうなので、最後のゆっくり1人時間を満喫させていただきました。

1人目の時は不安で泣いて入院期間でしたが、なんとかなりそう!!と自信もわいてきました。

今後、2週間検診、1か月検診とお世話になります。再びナラヤマさんに来るのが楽しみです。

これから出産を迎えるママさんへ 本当に素晴らしい産院で、「幸せおさん」が出来ると思います。

入院期間、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(妊婦)の皆様へ

2024年11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、パパの皆様読んでいただいたり
ホームページに載せることがあります。

ご妊娠おめでとうございます!♡私は、約10年ぶりの2人目を出産しました。
長男の時も、ナヤマさんで"お世話"になったので、迷わずナヤマさんで今回の妊婦
出産もおお願いしました。10年前の私はまだ若くシングルマザーだったので誰よりも、
不安が強くどうしようもない女、ためたためな母親でした。でも、現在は良い旦那さんと
出会い今年5月に結婚しました。私の出産についてですが、長男の時と全く何一つ、
変わらない辛い痛い死にような程のお産になりました。1人目も2人目も予定日11日遅れの
長男の時に学んだ事、ネットで効果がありそうなもの全てを試した結果おりました。
まず、無痛を絶対やるんだと決めた日、予定日が近づくにつれ検診の時には、毎回
徹いね。って言われ帰る日々でした。そんな9ヶ月をおかえたある日、9ヶ月でどうしても
実家を出なければいけなくなり、急なお引越し。重たいもの、実家のストレスで尿管結石に
なりました。最初、陣痛か?と思てその日、ナヤマさんで診てもらいましたが赤ちゃん元気だ
様子を見ることに。また、次の次の日位に痛くなり、またナヤマさんで再診。その時に診て
くれた先生が「石だね。大きい病院行く。」って下されそのまま中央病院行って、尿管結石での
「腎盂腎炎」を発症してしまいそのまま入院しました。石はお産より痛いと言われましたが
本当にお産より私は痛く辛かったです。退院した後、ナヤマさんでの検診ではもう、無痛
あきらめた?どちらでも良くなり、どうせ今回も痛いお産を覚悟できたのでそのまま出産を
おかえる日までのんびりとすごしてました。今年、妊娠、結婚、引越し、出産尿管結石

色々イベントがありすぎた年になりました。そして、今回のお産ですがなかなかお腹の
張りや陣痛もなく(前回もなく)促進剤・バルーン(40と120)入れ、漢方も、飲み薬も
あらゆる手段を使って頂きましたが私の子宮のあたりは、経産婦がありがたない程の硬さが



ありがとうございました。院内でうめむゆる位、頑固らしく絶望します。
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

