

ちょっと先輩ママから  
スレママ(妊婦)の皆様へ

26年4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スレママ、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ございます。

26、4、1に自然分娩で男の子を出産しました。妊娠・出  
産は初めてだったので、何かわからないことだらけで不安でいっぱい  
でした。特に私は、一倍痛みに弱く、ビビりたので、産  
科検診で行った、お乳の検査や採血、内診で泣いてしま  
い涙が止まらないうちにおかしてしまいました。でも、先生、助産  
師さんは嫌な顔せず、優しく親身になって下さった。採  
血もやっていくうちにどんどん慣れてきて、内診は最後まで  
怖なかった。最初の検診はビビる方が多かった。

予定日の3日前の夕方に生理痛の様な痛み(前屈腰痛)が物  
足り、夜中に陣痛間隔が6分間隔に変わった。病院にTELした  
所、回診してきて10分ほどだったのが回診した子宮口が3cm開い  
ていた。初産のママと院に入院した。夜中の3時頃、病院で  
陣痛と辛い、朝の6時頃、便が来た。トイレに向かったら、柔らかな  
ぬるぬると生理2日目くらいの出血があった。その後、痛みの限界  
が来たら、オキシトシンをおいて産房へ移動した。お産子宮口全  
開になり、助産師さんのかけ声と陣にいきまされた。いきまじらな  
いのに勝手にいきまじらな感じが、助産師さんの言ってくるかけ声  
と陣が真似した。産房に1時間ほどしていきまじらな赤ちま  
かびてきた。初めての出産でしたが、思い立ったままに

スレママとママさんで産んだ。検査の日から、優しく接して  
くれた産科先生と助産師さん方には、この度から感謝してい

しあわせ お・さ・ん

NARAYAMA  
LADIES CLINIC

まあ、また、お屋の事々々細々について「何から何」事があつた時に  
憤悶した事に丁寧に対応して下さつた方々に感謝して  
います。

産物の入院生活も1日1日が充実して、濃い日を過ごさ  
せて下さりました。産ませてもらった赤ちゃんが可憐、いの  
ちもろくじあか、産物自体がボロボロな私を察にかへ  
て、涙声もかけて心配してくださりました。授乳指導や  
沐浴指導以外の場面でも何度も体調の確認をしてくださ  
り、何から何の事を丁寧に対応してくださりました。

何れもは「入院から退院まで」という間でしたが、涙止の事を  
学ばせて頂戴しました。ありがとうございました！  
お礼は原身にお返ししました。品数がとても多く、色鮮やかで  
見た目にも、味も本当に美味しかったです！、「おやつ」の  
お返しも、お返しも、盛りつけも丁寧で、120%写真撮り、お返し  
ました(笑)。毎日のご飯が楽しめ、産ませてもらった赤ちゃん  
も、ありがとうございました！

初めての産物で不安も涙止お返しですが、ナラマで産ませ、  
産物の産物、体調管理の進んで下さる事、異変発生か  
届けて下さる事、助産師さん、ナラマの方、産物の方、お返しの方、  
産物の方、お返しの方、お返しの方、お返しの方、お返しの方、  
産物の方、お返しの方、お返しの方、お返しの方、お返しの方、  
何れもは「痛くて苦しい時間をお返しですが、心から感謝の  
事を苦しい事をサポートして下さる事、楽しめたりの子育  
て、お返しの方、お返しの方、お返しの方、お返しの方、お返しの方、

本当に涙止の事に感謝の事を産ませてもらった

本当に本当に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

2024年4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、パパの皆様にご覧にいただいたり  
ホームページに掲載させていただきます。

ナラヤマレディースクリニックでの2回目のお産でした。2人目の妊娠が  
わかった時から、里帰りしてナラヤマで産みたいと即決していました。  
なぜなら、ていねいな診察・優しい口調の先生、何でも教えてくれてとても頼り  
がいのある助産師さんたち、窓口の方、施設をキレイに管理してくださっている方、  
おいしいごはん…。お産は痛いけれど、正直入院生活は楽しみでした。  
そして今回も期待通りの出産～入院ライフ! 本当にありがとうございました。  
改めて思ったのが、ナラヤマの助産師さん達のレベルの高さ?プロフェッショナル!  
それにフキます。かっこいいです。だから、お産が不安でも、ここなら大丈夫です!

私の今回のお産について少しふり返ると…夫が立ち会うことはほまないと  
と、あまり期待していなかったのですが、意外にタイミングが合い、陣痛中から  
色々助けをもらいました。助産師さんが私の気持ちによりそいながら、  
夫にどのようにフォローするかアドバイスしてくれて、そのおかげで痛みも少し  
やわらいだし、夫婦でがんばった!と満足できるお産になりました。  
バースプランで書いた理想以上のお産になったと思います。

ホルモンバランスのせいで、夫にさわられたい!とか見られたくない!ということも  
あると思いますが、そういうこともくみとりながら助産師さんが進めてくれます。

本当に忙しく働くナラヤマのスタッフさんたち…どうかご自身の体にも気を付けて  
これからも妊産婦さんたちを支えて下さい。感謝



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

26年4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3人目の出産で、初めてトラヤマさんにお世話になり  
ました!! 通い始めはまだ心配もなく、不慮の産、少し  
緊張していましたが、助産師さん、先生方、スタッフの古  
々さんとても優しく「今回はトラヤマさんで産みたい！」  
と思うようになりました。エコーもいつもとてもよくお見  
見えで上2人の時はもはや影の胎心(胎動)ともうれしく大  
切に(呆)管しています。スリーニング検査も上の子の  
時に産まれてすぐ先天性に疾患が見つかり、たこを事前  
にお話してあり、たので「念入りに見ていこう」と言ってく  
たり安心感が大きかったです。上の子のトキの事もあり↑  
出産にむけて不安、トラヤマ?があったので、予定日が近づくにつれ  
どんどんナーバスになり、ていしましたが、「元気に大きくなるとよ  
し」とエコーを見せられた度、元気に生まれました。出産は、ま  
だまだかかるとは思いますが、たこからあわよくばと進め  
約4時間。元気に我が子に会えたのは、ポジティブな言葉をかけて  
明るくしてくださった [REDACTED] 家族のおかげです! 出産後も

たくさん写真を撮り、くださりお話ししてくださった横尾さん♡院長  
先生も回診で来てくださりありがとうございました!! 「もう1人くらい産みに  
おいで〜」と言ってくれ... もし次があったら是非無痛でお願い  
します!!

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。

しあわせ お・さ・ん

NARAYAMA  
LADIES CLINIC

入院中にお世話になった  
助産師さん 皆優しく大好きです!  
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4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あります。

里帰り出産だった為、3週間頃からお世話になりました。  
産院の時から、とてもソフトホイルな雰囲気、すごく安心したのを  
覚えています。

無痛分娩を希望していたが、2週間程早く破水がきた  
ため、普通分娩となりました。

破水が急にきたため、心の準備が出来ていないうちに入院  
となりましたが、その際も助産師さんが優しく、心強くて安心  
しました。普通分娩は自分の想像を絶する痛みでしたが、  
無事に元気な産声を聞けた時は、愛おしさで嬉しさで  
ごく感動的な瞬間でした。

初産だったので、赤ちゃんと抱っこの仕方から、授乳、オムツ替え  
等、何もかもが不安でいっぱいでしたが、丁寧に教えてくれて、  
大体?とオシキてくれたり、質問もしやすくとても助かりました。  
2人から出産で、不安でいっぱいの方もいると思いますが、

助産師さん達が皆あたたかく、助産師さん以外のスタッフも  
遠くから一言声をかけて下さったり、すごく温かい雰囲気  
で出産できると思うので安心して下さい。院長先生含め、本当に  
お世話になりました。

しあわせおさんができました。

本当にありがたうございました。

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

2024年4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人目に続き、2人目もナラヤマレディースクリニックでお世話になりました。1人目は無痛分娩での出産で、今日も無痛希望でしたが、結果的には自然分娩での出産となりました。お産の途中、痛くて辛い瞬間もありましたが、助産師の方々の声かけにすごく励まされ、赤ちゃんが産まれた時はすごく嬉しかったです。

1人目と2人目で無痛分娩と自然分娩、両方経験することとなりましたが、どちらも「しあわせおさん」ができたと感じています。それは、ナラヤマの医師、助産師、スタッフのみなさんがどんなお産になってもママと赤ちゃんのためにベストを尽くしてくれたからだと思います。清掃や調理の方々もいつもこやかに接してくださり、安心して入院生活が送れました。

これから出産を迎える皆さんも自信を持って楽しく妊産期間を過せるよう祈っております。ナラヤマL.C.の皆さんが「しあわせおさん」を実現してくれると思います。

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。

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

R6 年 4 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 3人目の出産でお世話になりました。

2人目の出産もナラヤマで、無痛分娩をさせて  
いただき、今回も無痛分娩で無事に出産することが  
できました。

3人目ということもあり、急にお産が進み焦ることも  
ありましたが、スタッフの皆さんが親身に寄り添ってくださり  
とても心強かったです!!

麻酔が効いてくると余裕も出てきて、アットホームな  
雰囲気の中、楽しくお産ができました。

入院中も色々とお気にかけて声を掛けてくれて、  
とても助かりました。ご飯もおいしく、快適に過ごすことが  
できました。

プレママさん

ナラヤマには良い先生・スタッフしかいないので  
安心して出産できると思います!

頼りながら良いお産ができますように☆

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

R6 年 4 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。

こんにちは🌸 初産婦だった者です。

私は約2週間ほど早くにベビちゃんをうみました。  
予定日までまだ全然日にちが空いていたので、生理痛みみたいな  
痛みだったり、下腹部にツーンとした痛みなどがあつた時は  
前駆陣痛だと思つて臨月を過ぎていました。夜になると  
ひどくなるのが2日間続いた為、2日目も昨日と一緒に「我慢  
すればいつの間にか寝てるよね～」と思つましたが全然治る事も  
なくむしろ痛みもましてました。夜中の3時まで耐えてた  
ところ、旦那が「痛いなら電話で聞いてみよう」と背中を押してくれ  
電話をしそのまま病院へ行くことになりました。診てくれた  
助産師さんが「これは陣痛だよ」と教えてくれモヤモヤもとひきました！  
旦那に背中を押してもらえなかつたら、私は前駆陣痛だと思つて  
次の日までずつと陣痛カウンターをしていたと思つます(笑)  
そのまま入院して旦那や助産師さんに支えてもらい、陣痛から  
約11時間ほどで無事に出産しました(๑)

ナラヤマさんの助産師さん看護師さん先生方には感謝しか  
ありません。これから出産を控えている初産婦さんは

不安でいっぱいだと思いますが、ナラヤマさんで良かったと思えるはずなので安心してみてください！



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  
スレママ(妊婦)の皆様へ

年 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スレママ、パパの皆様にご覧にいただいたり  
ホームページに掲載させていただきます。

4人目の出産で初めてナラヤマさんにお世話になりました。外来に  
通っている時から、先生、助産師さん、事務スタッフの方々みなさんが  
お優しくて、ナラヤマさんが人気の理由が分かりました。

無痛分娩を希望していたのですが、予定日ギリギリまでなかなか  
赤ちゃんが下がりて来ず、半分諦めかけていたのですが、予定日  
2日前に院長先生に無痛の予定を立ててもらい、前日から入院  
をして、無痛分娩をするこゝろでできました。当日、浣腸、麻酔  
の管を入れること、促進剤を使うのも初めてだったので、ドキドキして  
いましたが大丈夫でした。ただ本陣痛が始まってから、1時間後  
くらいに、ようやく赤ちゃんが下がりてきてくれて、子宮口が全開に！！  
そこで1回目の麻酔を投与してもらったのですが、耳こから下の下  
半身しか麻酔が交かかず、お腹だけが痛みがありました。そこから  
1時間ほど痛みを耐え、院長先生が麻酔の管をもう1度入れ  
直していただき、やっとお腹の痛みもほぼなくなりました。最後の  
生み出す時は、赤ちゃんの頭を触ったり、金銭で貝せてもらったり  
してながら、穏やかに産むことができました。臍の緒を切る体験でき  
ました。産後に気分が悪くなってしまい、泣いていたなら、担当してくれて  
いた助産師さんが、優しく寄り添って言葉をかけてくださり、助けてら  
れました。本当にありがとうございました。また、毎日のお食事が  
とても美味しく幸せでした！子どもたちにも、こんなご飯を出して  
あげたいなと思います。ナラヤマレディースクリニックのみなさん  
本当に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

2024年 4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2度目の出産で、1度目もこちらでお世話になりました。

1度目の時は2020年10月出産だったためコロナごときにかく不安な中妊娠生活  
を送り出産もリモートで行うほどでしたが、ナヤマダの先生方助産師さんを  
はじめ皆さん優れて「しあわせおさん」ができたため今回も絶対こちらで産もう!!  
と決めていました。

上の子のお世話の関係などで今回は計画分娩を希望し、39週4日で元気な女の子  
を出産しました。経産婦ということもありお産の流れはわかっていたので進み具合も  
自分が理解しやすら落着いていられましたが子宮口が開いて破水もしたので赤ちゃんが  
全然下におりてきません。何度も何度もいきみやと出てきませんでした。結果として  
1人目より大変なお産になりましたが、助産師さん方が本当に優れて優しく  
心折れずに最後まで頑張りました。

食事の毎食おいしくて快適な入院生活を送れます。

これから出産を迎えるにあたり不安なことたくさんあると思いますが  
ナヤマダレディースクリニックの皆様を信じて安心して身をまかせてください。  
可愛い赤ちゃんに会えて「しあわせおさん」になることを願っています。

最後になりましたが院長先生をはじめ先生方、助産師さん、スタッフの皆様  
妊娠中から産後のサポートまで大変お世話になりました。2度も素晴らしい出産を  
経験できて本当に感謝しています。



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