



ヤナセクリニック
私のお産
— 2004 —

昨年引き続きヤナセクリニックで2004年にご出産された方からのメッセージが、一冊にまとめられました
昨年より少し分厚くなった分だけ、たくさんの喜びが伝わってくるようで、嬉しくなっています

2005年1月19日 ヤナセクリニック院長 柳瀬 幸子

ヤナセクリニツク

私のお産

2004

ヤナセクリニックでは、当クリニックで出産された方から「私のお産」という名前のメッセージをいただいています。メッセージは、書かれる人によって、生まれてきた我が子へのメッセージであったり、家族の方へのメッセージであったり、またこれから出産される方へのメッセージであったりと、その内容は様々です。

しかしそのどれもが、新しい命を生み出した感動と喜びに満ちあふれ、読むわたし達をしつかりと励ましてくれます。

またメッセージを書いて頂く際に、「当クリニックのホームページでの公開」をご了解頂いた方の分のみ、ホームページに掲載させていただいています。

2004年も多くの「私のお産」をホームページに掲載させて頂くことが出来、多くの喜びと励ましを読むすべての人の心に刻みつけることが出来ました。

そして昨年に続き今年も、ホームページに掲載させて頂いた2004年の「私のお産」を一冊にまとめました。2004年版は、2003年版に比べ少しだけ分厚くなりました。

その分だけ、ずっしりと喜びが伝わってくるようで、とても嬉しく思っています。

2005年1月

ヤナセクリニック「私のお産2004」編集スタッフ

2004年12月～出産	191ページ
2004年11月～出産	182ページ
2004年10月～出産	157ページ
2004年9月～出産	135ページ
2004年8月～出産	108ページ
2004年7月～出産	90ページ
2004年6月～出産	77ページ
2004年5月～出産	63ページ
2004年4月～出産	51ページ
2004年3月～出産	40ページ
2004年2月～出産	16ページ
2004年1月～出産	1ページ

目次

2004年1月ご出産

今回10年ぶり3度目の出産という事で、喜びと不安でいっぱい毎日過ごし、この病院で出産の日を1/13に迎える事となりました。10年経つても陣痛の辛さが頭をよぎり、又パニックになるのではと思っていまして、今回は最初から主人が側にいてくれた心強さと、何よりやさしい看護婦さんのおかげで3300gの元気な男の赤ちゃんを産む事ができました。いざ分娩という時も先生をはじめ看護婦さんのやさしく心強く感じたかけ声は、どんな痛みも乗り越えられるという魔法の力のように思えました。赤ちゃんを見た瞬間、涙が止まらず又我が家に宝物が増えたという喜びは、痛みや辛さ

をすべて忘れさせてくれることでしょう。

これから出産されようとするみなさんへ

この病院なら間違いなく安心して出産に挑めます。出産という大仕事、不安もあるのは当然ですが、それ以上にはすばらしい何にも変えることのできない感動を与えてくれます。みなさんががんばって下さい。私はきっとこれが最後の出産になる事でしょう。それをこの病院で迎える事ができて本当によかったと心から思います。先生、看護婦のみなさん本当にありがとうございました。

予定日を3日過ぎた日のAM1:00すぎ、私のお産は始まりました。

お腹に生理痛のような痛みを感じ、間隔を計ってみると

何と1分間隔！数日前からおしるしはあったものの、陣痛はまず10分間隔ぐらいでやってくると思っていたので、いきなり1分間隔なんて何か異常が起きたのでは…と、あわてて病院にTELをし、車をとばして30分後到着。その時、既に痛みは生理痛程度から強い痛み…。LDRに入り、診察して頂くと既に子宮口は9cm開いているとのこと…。あまりに急な展開にすっかりパニックになってしまい、あとは主人と母にしがみつき、柳瀬先生と助産士の森中さんに励まされながら、頑張ること約1時間20分…。初産とは思えぬ早さで、赤ちゃんの産声を聞くことができました。

アロマバスやマッサージ、ヨガの呼吸法etcはあまりの早い展開に行くことはできませんでしたが、怖がり痛がりの私のために、赤ちゃんも早く出て来てくれたんだなア…と思っています。途中、弱音を吐き、半泣き、指

示もまともに耳に入らない状態の私を、優しく的確な指導で導いて下さった、柳瀬先生、森中さんには頭が上がりません。

これから出産を迎えられる方へ

こんな私でも産むことができましたので、きっと大丈夫です。そして、あの痛みは入院4日目にして既に忘れつつあります。

初めて我が子と対面した時、号泣のあらしだった。16時間そこで産まれてくれた長女。3220gの少しB i gな女の子*

初めてのお産と言う事で、希望と不安とでいっぱいだったけど、産まれて来た時「産んで良かった」と感動でし

た。

自分であの痛みと戦った分、後から得るものはすごい大きかった。これから産むママたちに絶対言える事は「産んでよかった」の一言！！得る物、生命の大切さ、いろいろ考えた1日でした。きっとこれからもいろいろあると思うけど、何にでも乗り切れると思う。「母は強し」と言うけど、本当だ。と心からそう思った。娘が結婚、出産となった時、いろいろと教えてあげたいと思った。これからこの子を一生守ってあげたいと思う。

ヤナセのスタッフの方、助産士の方、幸子先生に… 最後になりましたが、いろいろありがとうございます。自分のわがままたくさん聞いてもらって。これから一人の母として頑張ります。ありがとうございました。

予定日前日の早朝お腹が痛み出し病院へ。経産婦だから進みが早いかも、と言われましたが、微弱陣痛でなかなか本格的な痛みがこなかったです。それでも5〜10分間隔ですと痛くて、主人と長女（5才）に腰をさすってもらいながら過ごしました。長女の立合い出産を私が切望していたので長女もすっかりその気で、病院では一緒に食事をしたり、折り紙をしたり、お産が進みやすいようにと階段を登り降りを手をつないでつき添ってくれました。前回のお産は破水してしまい、入れなかったアロマのお風呂に今回は2度もそれぞれ自分の好きな香りを選んで入れてもらいました。お湯のあたたかさで腰の痛みがずいぶん和らぎ、本当に気持ちよかったです。長女の時は洋室LDRでしたが、今回高野婦長や3人目を経験した友人のすすめで和室LDRを希望しました。「えっ、たたみの上でどうやって？」と思いました

が、主人と長女、実母は私の枕元で励ましてくれました。幸子先生、スタッフの方々の指導で、横向きだったり、

四つんばになったりと、いろんな体位でいきむ方法を試しました。そしてお産の終盤、陣痛の合間にガクガク震える私の足や腰をアロマオイルでマッサージして下さった幸子先生や助産士の方の手が魔法のように感じるくらい心地良かったです。その後、予定日の夕方、無事に次女が誕生しました。でも、途中隣りの洋室LDRから元気な産声が聞こえたりして、「何で私はなかなか産まれないの？」と涙がこぼれた時もありましたが、お産は人それぞれ、赤ちゃんの顔がみんな違うように、お産もみんな違って当たり前ですよ！生まれたての赤ちゃんを胸の上に抱っこさせてもらおうと、そのあたたかさを感じ、喜びがこみ上げてきて、何ともいえない幸福感と満足感にひたっていました。先生、スタッフの方々、

本当にありがとうございます。この出産の輝北は私の宝物の1つです。

新年をむかえ、1月4日
d 1:52 女の子を出産
しました。

予定日を6日にひかえ、知人宅へおよばれをして朝方に主人と帰宅。トイレに行き、何か痛いかなと思いつつ、時計を見ながら横になってました。その痛みがだんだん15分間隔に… 病院に電話し、AM9:00病院へ。その時、子宮口はまだ2cmでした。それから痛みは強くなり、昼ごろには子宮口は全開になり、1:52分出産となりました。すぐくスピード出産となり、本人もまわりもビックリ。本人はアロマバスにアロママッサージやら想像していたのですが… 早く赤ちゃんが会いに

来てくれたのかも、やっと会えたという喜びと朝まではおなかの中だったのという、不思議な思いで、胸がいつぱいでした。いつもやさしい幸子先生、高野婦長さん、看護師さん、いろいろありがとうございました。ここで出産できて幸せです。

二度目の出産だったので、余裕かな?!なんて思っていたのに、いざ陣痛が始まるとあまりの痛さに目がさめました。

陣痛の間隔を計ると20〜30分だったので、AM7:30頃にヤナセクリニックにTELをしたら、AM9:00の診察に来て下さいとの事。予定日より3日遅れていたし、子宮口3cm大!!だったので、家族全員昼頃

には産まれるのだろうと心待ちにしていました。が、入院して安心したせいもあるのか、陣痛がだんだんなくなってしまうました。階段も10往復したのに、ただ疲れただけで…。もう今日は産まれないだろうと、みんな帰ってしまった。が、その夜中1:00頃陣痛が10分間隔。AM3:00頃には5分間隔になり、AM4:00にたえられずナースコールをしてLDR室に行きました。パパといっちゃん(長男)と母も到着して見守られる中、お産に挑める事ができました。看護師さんのアロママッサージが最高に気持ちよく陣痛ものがす事ができ、婦長さんの優しい言葉に頑張つて産む事ができました。AM5:42次男が誕生しました。

10ヶ月間おなかの中で育ってくれたのが、この子だったのかと思うと感動で、かわいくて最高の気分でした。うまれてきてくれてありがとう!!とても辛く、何度も

くじけそうになったけど、みんなにはげまされて最高に
いいお産ができました。

ありがとうございます*

午前4時、お腹の中で小さな風船がパンツ?!と割れた。

確か上の子の時と同じ感覚。いよいよ今日生まれるワ!

私の中で何故かそんな確信を持ちながら、布団の中で時
計の針を追った。15分間隔で強い痛みが押し寄せてい
る。トイレでおしるしの様な薄赤いものを確認。そうこ
う身支度を整えながらも痛みの間隔は2、3分置きにま
で... 6時過ぎに病院へ向かい、ベットで内診して頂い

た時にはすでに子宮口全開ドッヒャアーツ!

急いで分娩の準備をして頂いている間にも、もういきみ

た〜い程のあの痛みが襲って来た。

ウ〜ツ!ウ〜ツ!そうそうこの痛みは女性にしかわか
らない、誰もが出産する際に受け入れなければ生まれな
い痛みなのだ!幸子先生やスタッフの砂川さんがその
波にうまく乗れるよう声掛けしてくれました。「ハァー
イのぞいてごらん!」股間にへその緒でつながっている

我が子の命がありました。この瞬間の感激があるから生
み出せるのかな、勿論お腹の子との共同作業で。結果2
時間45分の超スピード出産に至りました。ちなみに1
人目長女は37才、今回2人目長男は41才、いずれも
超高齢出産です。リスクに対する不安は少なからずあつ
たけど、妊娠中のつわり無いし、大好きなエアロビクス
は2・3回、ママ友達とのランチも何でも食べれたから
楽しめたし、殆どストレスは感じる事もなく充実した妊
婦生活だったな。自分も高齢でナンテ不安を抱えている

その妊婦さん！あまりクヨクヨする事なく、したい事をしてる方がノンストレスで体と心に良いよ！そんな中でも実は沢山の人に支えてもらってたつて事に1番の感謝です。主人をはじめ、子供や親、友人、そして先生、スタッフの皆様、今回の無事な出産へと導いてくれた方々にお陰様でしたの気持ちで一杯です。お世話になりました。有り難うございます。

1/5妊娠37週3日、午前中の妊婦健診受診時、幸子先生と出産はいつごろになるのかなあと話をし、すると夕方支度で突然の強い腹痛の後、破水感があり、再度外来受診。やはり破水とのことで、そのまま入院となりました。今回初めての出産で、予定日まで3週間程あった

ため、のんびりと出産を待っていた私でしたが、予期していなかった突然の破水に戸惑いと驚きを感じつつも、いよいよ母親になるんだという覚悟を決めました。

入院してからもしばらくの間は羊水が時々でるのみで、陣痛はなかったので体も妊娠中と変わりなく、精神的にも落ちついていました。やがて陣痛が始まり、順調に分娩が進行していきしだいに強くなる陣痛に、体が緊張し心も余裕がなくなっていきました。リラククスと痛みをやわらげるために腰部温器法やアロママッサージをやっていたいたり、付き添いのパパもずっと側で腰をマッサージしてくれたり、お茶を飲ませてくれたりしました。しかし、疲れと眠気から陣痛も微弱になってしまいました。とうとう1/6朝を迎えてしまいました。高野婦長さんのフットバスの後、腰部のアロママッサージで再び強い陣痛が起こり、正午すぎにやっと子宮口全開大。しばらく

くして元気な男の子が生まれました。子供の産声がLD R室に響きわたった時、また初めて対面した時の感動は今でも忘れることができません。入院してから出産に至るまでずっと付き添ってくれ、優しく見守ってくれたパパ、そして幸子先生はじめ高野婦長さん、寺澤さん助産士さんなどスタッフの方、本当にありがとうございます。た。

初めての出産を控え、私の回りには経験者の友達が多く、あれやこれやのたくさんの経験話や情報ばかり（鼻の穴からスイカが出るくらい痛いなど）、私の頭の中は出産Ⅱ（イコール）痛い&怖いという恐怖感と不安感でいっぱいでした。でも、だんだんと予定日が近づくにつれて、産休に入り、ヨーガ教室、パママクラス、週1回の検診を受けるうちに“赤ちゃんに早く会いたい”という気持ちと赤ちゃんを授かった日の喜びがまた大きくなり、

じん痛が来る日が楽しみになりました。予定日を前日に控えた日、ついにじん痛がやってきました。痛いはずなのに、笑顔がこぼれる私、それにつられてニヤける主人：

2人でデートに出かける気分です。病院に入りました。入院の準備はばっちり！！いざLDRへ。AM4:00に入り、AM7:00には子宮口が5〜6cmへ。アロマバスに入ってリラクセス。じん痛の痛みもほぐれ出た後には子宮口は7cmになり、促進効果がみられて2回も入れてもらいました。時間が過つにつれて痛みが激しくなり、余裕がない私を心配そうな顔で、腰をなでてくれたり押ししてくれた主人、ずっとそばについてくれたことで、とても心強かったし、このおかげでまた2人のきずなが深まったような気がしました。出産が近づくにつれて、かけつけてくれた姉、主人の父母、私の父母、私と赤ちゃんのことを心配してくれ、応援してくれたおかげで

げで、すごくすごく頑張れました。立ち合いには主人、主人の母、姉に入ってもらい、手をにぎってもらったり、足をもってもらったり、お茶を飲ませてもらったりと私の出産ではなく、みんなの出産と言っているほどサポートしてもらい、とても心強かったです。みんなに見守られて、15時間30分の出産となりましたが、とても充実し、父母のおかげで私の命があり、義父母のおかげで主人の命があり、それから赤ちゃんの命があると改めて父母への感謝の気持ちと、たくさんの人に助けられて、先生、助産婦さん、看護婦さんすべての人に素直に心から感謝できる日になりました。本当にありがとうございます。

1 / 8 次男誕生。10日前の内診で36週に入ったばかりなのに、すでに2cm開いていると告知。12月中旬から安静にするように言われ、ひたすら横になる毎日。パパにもずい分負担をかけてしまいました。長男も37週で生まれましたが、何の予知もしていなかった為、今回は今日陣痛がくるかも！？と毎日ドキ2。予定日通り出産する人って毎日こんな気持ちなんだーと。精神的に体に悪いなあーというのが本心です。それでもまだ2500gぎり2という事だし、少しでも長く妊婦さんでいたかったからずっと安静にしてみました。そして当日、朝起きても大丈夫だったので、朝から買い物行って、普段の日曜朝でした。AM10:00前、うんちがしたいなー(汚い話しですみません)と思いましたが出ません。そういうのが10分、8分… あつとという間に間隔が狭まり、ヤナセさんにTEL。とりあえ

ず入院の用意を持って11:00に病院についた時には
2、3分間隔の全開寸前。1回いきむごとに①髪見えて
きたよー、②破水したよー ③頭出たよー、はいっつも
う力抜いてー、スルンっつ11:42に次男誕生。ひと
り目の時、立ち合ってもらえなかった。パパもあ然(?)。
私の雄叫びなどで怖くて泣くかなーと思っていた長男
もあ然。もちろん私もあ然。私は汗ひとつかきませんで
した。

2人目は楽と言うけれど、ここまでとは…。あきらかに
海ガメより楽な出産でした。ひとり目も陣痛が弱かった
ので、私が痛みにどん感なだけかもしれないが。

結局37週で生まれましたが、2910gもあり、これ
でよかったのかも。。

パパ、妊娠中、沢山助けてくれてありがとう。これから
少しずつでも恩返しできるように頑張るねっ。

今回の出産は2人目なので、1人目に比べらくに産める
かなくなんて期待が大きくなって、ちよつと甘くみてまし
た。陣痛らしきものが始まった時は、こんなもんやった
っけ?つてぐらいの痛みだったので、それは本当の
陣痛ではなく、本当の陣痛がはじまった時には、すでに
泣き顔に…。

スタッフの方に、何度も何度もしつこく“子宮の口はも
う開いた?”ばかり聞いては、まだ5〜6cmぐらい:
と言われ落ち込みました。でも、何人ものスタッ
フの方が、入れ替わりで様子を見に来てくれて、お風呂
にも入り、かなりリラククスでき、少しでも早く子宮の
口が開くようにと座ってみるといいよと声をかけてい

ただいたお陰で、ラスト1時間はすごいスピードで出産へとこぎつけることができました。赤ちゃんが出た後はスタッフの方が全員でオメデトウの言葉プラス上手やったよとほめてくれて、すごくいいお産ができたなとつくづく思いました。陣痛時、腰をマッサージしてくれたり、アドバイスをしてくれたり、でも、本人が希望しないことは絶対に無理にはすすめず、そのような姿勢で出産にのぞんでくれた、先生、スタッフの皆さんに本当に感謝×2のお産でした。ヤナセクリニックで出産できて、すごく良かったです。

3人目の出産だったのですが、1人目2人目と陣痛を誘発しての出産なので、今回ぐらい自然に陣痛こないかな

あと、子宮口はすでに4cm開き、いつ陣痛がきても良い状態。予定日が過ぎ、41週過ぎ、10日も過ぎ、結局誘発しての出産となりました。入院してのみ薬を6回。下半身がだるくなるものの痛みらしきものはこず、朝起きるとそれもきれいさっぱりなくなり、点滴での出産に。9時半からはじめて、やはりだるくはなるし、NSTには陣痛らしきものはあらわれるものの、痛みはわからず： 11時半にだんなに食事に行ってもらった後、「こっん」そんな感じがして、少しして破水したかなあという感覚が： ナースコールを押そうかどうかどうしようかしばらくまよい： 結局ナースコールできてもらい内診してもらおうと、「んー膜がある感じだけどなあ： でもきてる感じやねー」といわれ、だんなのケータイに電話してもらってもルス電！！「そーいや陣痛ってこんな感じやったなあ：」と思っっている間に余裕もなくな

り、「痛い」とにかく痛い。「もう頭みえてるよ」という所でだんな到着。12時14分無事出産！！いくら子宮口が開いていても最後は痛みがこないと産まれない
： 本当、本当に幸子先生、スタッフの皆様ありがとうございます
ございました。感謝感謝です！！出産後の脱力感と幸せなキモチを忘れずにこれから子育てしていきます。

私の場合、子宮口が8〜9cm開くまではとても順調で、教科書通りだったので超安産かと思われたのですが、LDR室に移り安心したせいか、そこから子宮口全開までがなかなか進まず、その時間が一番辛かったです。陣痛が弱まってしまい、と言っても痛みはあるので、これがいったいいつまで続くのだろう…、と弱気になってきま

したが、先生、助産師さんたちのご指導や励ましで、再び陣痛が激しくなり、その後は思ったより早く赤ちゃんが出てきました。トータルで11時間半ですので、まずはの安産という所ですが、初体験の私と旦那にとつては、「これで安産?!」という驚きでした。が、産み終えた直後からその辛さは吹き飛んでしまうくらい、やはり感動、喜びの方が大きかったです。30代後半での初産で、いろいろと不安もありましたが、何よりも無事に産まれてきてくれたことが喜びです。先生を始め、助産師さん、看護師さんたちの暖かいご指導や、入院時から分娩まで付き添ってくれた母と旦那に心から感謝しています。旦那の立ち合いは実は予定外でしたが、私にとつて心身ともに支えになってくれましたし、本人もとても感動していたので、いてくれて良かったです。

こういう恵まれた環境で出産できたことは本当に幸せ

だと思いましたが、さらに自分自身がこの世に生まれてきて出産を経験できたこと自体に感謝したい気持ちになりました。これからの育児を通して、そういった気持ちを少しでも娘に伝えられるよう、初心を忘れないようにしていきたいなと思っています。最後に私たちは赤ちゃんの性別をずっと聞かずに楽しみにとっておくことにしていましたが、私のお腹の具合や顔つきなどから、皆が口を揃えて「男の子」と言うので、私たちも99%その気になっていました。それが大どんでん返しの女の子で大笑い！楽しい出産になりました。

とにかく感動！！の一言に尽きます。女性に産まれて良かったと思えました。私は生理痛がひどくて、その度女

って損”と思ってきましたが、出産という素晴らしい経験を出来ない男性こそ損！だと思います。10ヶ月間、お腹を通して会話してきた我が子を今では目と目をみつめてお話できるなんて… っらかったつわりの事も陣痛の事も全て忘れさせてくれます。

陣痛は確かにっらかったけれど、でも赤ちゃんはお母さんよりもっと頑張ってくれているのですから。そして、私を産んでくれた母親にも感謝！！私にとつても大満足の出産となりました。それもこれも支えて下さった先生、スタッフの皆様、主人と家族。そして何より、赤ちゃんのおかげです。出産は決して怖いものではありませんでした。“赤ちゃんに会いたい”の気持ちがあれば、きっとスムーズに行くと思います。

世の中のママとこれからママになられる方、共に頑張ってくださいませ。

1 / 20に破水して夕方から入院・陣痛の待ちになったけど、薬を飲んでも全然陣痛が起らないまま、1 / 2のお昼を迎えました。それから少しづつ痛みだし、点滴をうってもらうと、ものすごいスピードで陣痛が進みパニックに！！あまりにも痛さに「私にはムリ。産めやん。」と弱音をはいてしまったけど、主人や母、スタッフの方々に励まされ、マッサージをしてもらい、呼吸をリードしてもらいながら、何とか乗りきる事が出来ました。

たぶん全然うまくいきめてなかったと思うけど、みなさんの「上手だよ」「その調子で頑張っていきんでっ」の声に励まされ、勇気づけられました。「私には産む事が出来やんのかも…」と何度か不安になったけど、幸子先生、高野婦長さん、長谷川さん、主人、母の心強い励ましのおかげでブジに女の子を出産する事ができました。

言葉では言い表せない位、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す。入院中もやさしく丁寧に指導してくださったスタッフの方々、本当にお世話になりました。ヤナセクリニックで出産する事が出来て本当に良かったです。本当にありがとうございます。

1月26日 AM 2 : 42 3295gの男の子

25日の夜、実家に帰る車の中で、あれっ破水?! 実家に着きしばらくすると、生理痛の様な軽い痛み。もしかして… トイレに行くと出血。ヤナセクリニックにTEL。0 : 00に病院に…。車でも10分間隔の痛みで、LDR室へ。出産前はLDR室では入浴して… なんて思っていたけど、そんな余裕もなく、トイレに行ったら

もう歩くこともできないくらいの痛み。陣痛をあまくみていました。陣痛中は、もう赤ちゃん産むことができない…。と思いました。でも、赤ちゃんの産声を聞いて、幸せいっぱい。元気に産まれてきてくれてありがとうございます。先生、スタッフのみなさん、本当にありがとうございます。毎日赤ちゃんと一緒にいると、日に日に愛しく思います。

私は出産2回目になります。

1人目は別の病院で出産しました。

2人目はもつと感動的なお産がしたくて、ヤナセクリニックでお産することにしました。

産む時は痛くて大変でした。でも、赤ちゃんが出てきた時の感動は前とは比べものにならないくらいの感動がありました。やっぱりあたたかく自分のことを見守って

くれるスタッフの方々と一緒にお産が出来たことが一番よかったです。

しわしわの赤ちゃんが出てきた時、私の子供なんだってあらためて実感しました。

赤ちゃんをみているだけで、不思議なものでいやされません。

2004年2月ご出産

★結婚してすぐに出来た子供だったので、嬉しい反面、何もかもはじめてで不安だらけでした。特に出産はかなり痛いと言われていたので、その不安とちゃんと母乳でるのかな等、初めての出産は不安だらけでした。つわりもひどくて長かったし、早産の気があると言われ安静にしなければならぬ日が続く、家の事がまともに出来なくて申し訳ないという思いと、ちゃんと産まれて来るのかなあと毎日気になっていました。ヨーガにも行けなくて、おっぱいのお手入れもお腹がはってしまいうから出来てなかった駄目な私。長いいきみの時間を経てやっと産まれてきた子供。人から人が本当に産まれるんだ

と今さら当たり前の事におどろき感動してしまいました。初めはでっかい頭に長〜い顔でどう見てもエイリアンの横顔みたいに見えた頃、初めてお母さんになったんだな〜と今頃実感しました。苦しい時に頑張れといってくれたたくさんスタッフの人達に、心からありがとうございましたと言いたいです。

きつとこの病院でなければ無事産まれなかつたと思います。後、スタッフの人が書いてくれたかわいいイラスト付の出産記録すごく嬉しかったです。まだまだ出来の悪い母ですが、これからもよろしくお願いします。

私の初めてのお産は予定日より8日早い朝、破水から始まりました。あわてて病院にTELをして朝食を摂って

から病院に向かいました。家を出る頃から陣痛が始まり、病院に着く頃には陣痛は5分間隔くらいに、子宮口は7cm開いていました。陣痛が少し弱かったみたいで、頭が出てくるまで少し時間がかかったけど、LDRへ入ってから3時間程で無事Baby誕生！元気になくBabyを見てすごく感動しました。破水から始まったのでアロマバスに入れなかったことが残念です…。

初めてで、不安で何をどうすればいいのかわからず、ただ痛いとかぶだけの私にずっとついてアドバイスやマッサージをしてくれた寺澤さん、心強かったです。ありがとうございます。「上手よ」と言ってくれる幸子先生や寺澤さん、奥村さんの言葉にとても勇気づけられました。今回の妊娠反応が出てからBaby誕生までつわりがひどかったり、子宮口をしぼる手術をしたり、切迫早産で入院したりと、本当にいろいろあったけど、ここ

までこれたのは家族やスタッフのみなさんの応援や協力があつたからだと思います。感謝の気持ちで一杯です。2人目を授かることができた時はぜひまたヤナセクリニックでお産したいと思います。本当にありがとうございます。

ps：パパ、妊娠からBaby誕生の瞬間まで、ずっとわがままばかり言ってた私にいつも協力してきてくれてありがとう！これからも一緒にがんばっていこうネ

*

予定日より6日早く“おしるし”が出ました。その2日後の夕方、間隔が10分になってきたので病院へTEL。その時、子宮口は2センチに広がっていました。そして

そのまま母と入院へ…。

夜中痛みも増し、陣中の間は何かをつかんでいないといけない程に。あわてて深呼吸をし時計とにらめっこ。5分おきの陣痛がきて、ナースコール。AM 4:30にLDR室へ移動しました。主人にもきてもらい、そろそろ本番！陣痛は痛かったけど、アロマバスはとつても気持ちよかった*痛みも気持ちも落ち着きました。そして陣痛の間隔は5分から3分。3分から1分へ…。痛みが終わってもすぐ来るといった感じです。分娩台にのり、子宮口も8センチに！！その時みたカーテンにのぞく、昇る太陽がとても赤かったのがすごく印象に残っています。主人に手をにぎってもらい、母に腰をさすってもらい、助産婦さんの森中さんには励ましの言葉やアロママッサージしてもらいました。それでも痛いものは痛い。「もうイヤ」を何度いったか分かりません。でも、

森中さんの「赤ちゃんも頑張ってるよ」の言葉に私も頑張らなくては…という思いでいっぱいでした。いきむ時も臍口を押してくれて、いきむ“場所”がとてもわかりやすかったです。そして破水して3分で誕生。出てすぐ泣く赤ちゃんに、それまでの痛みもふっとんでいきました。幸子先生、森中さんをはじめ、スタッフのみな様のおかげで元気な男の子が産まれました。本当にありがとうございました。

予定日がきたら生まれてくるものだと思込んでいた私。1日、2日… 1週間たっても何の兆候もなし。張りつつ？！という感じの臨月を過ごし、9日目に入院（予定）することに。あせりは周囲ほどなく、本人はケ

口つとして病院へ。陣痛促進剤とはなんぞや?!の気持ちで、先生の説明を聞き、1晩メトロというものを入れて様子をみた。家族が帰った夜中、初めて陣痛のような痛みを15分、10分、5分、「え、生まれるん?」という不安を覚えながらも、結局朝にはひいていき、次の日の午後点滴に。それでも、私はまだだろうという気持ちでのんびりしていたら、急に進んだらしく、誰も到着しないまま経験のない痛みが…。LDRに入ってから3時間45分、あつという間のお産。周囲の言われるがまま…。というより1人では絶対あきらめてた痛み。先生を初め助産師さん、婦長さんの励ましの声、主人の声、母の声、そして会えなかった一人目の赤ちゃんの声が、無事出産を終えられたのだと思います。横で眠る我が子を見ながら、幸せを実感しています。皆様、本当にありがとうございました。

最後の最後まで逆子のままで、私のお産は初産で帝王切開での出産となりました。手術の前日に入院し、その日は手術のための検査等を行い、21時から絶食、絶飲となりました。手術日は朝から浣腸と点滴、麻酔のための注射をして、13時前に手術室に入りました。術後はしばらく自分でトイレに行けないので、膀胱に管が入り麻酔をかけられました。麻酔をかけてもらっても、まだ少し痛みは感じました。手術が始まり、30分ぐらいがたち、13時23分、9ヶ月半お腹の中にいた我が子がついに産声をあげました。その後はとても大変でした。前身麻酔をかけなかったため、後陣痛と傷口の痛みで寝られず、6時間間隔で痛み止めの坐薬をさしてもらいました。次の日、自分の部屋に戻りましたが、ガスが出るまで絶食と点滴は続き、自分で歩けるようになるまで膀胱の管は入ったまま、体の

向きは変えられず、帝王切開は傷口さえ落ち着けばあとは楽だろうと思っていた私にとって、術後の貧血と発熱もあり、予想外に辛い日々でした。でも、無事に産まれてきてくれた我が子を見ると、どんな苦痛にも耐えられるのです。

私のお腹にできた傷は、我が子を無事に産んだ私の誇りです。

今回2回目のお産でした。けど、一回目とは色々な点で違った体験が来ました。たとえば陣痛の時の過ごし方。一回目の時は、ヒ、ヒ、フしながら痛みをがまんしたりしていました。けど、今回は高野婦長さんのヨーガの呼吸で、痛い時でも体全体の力を抜きながら過ごすことが出来ました。そして、その御陰で1cmしか開いて

いなかった子宮口も2時間くらいで赤ちゃんの頭が通れるぐらいの広さまで開きました。痛みをがまんすることによって、体に力をいれてしまうことがわからなかった私には、ヨーガの呼吸で体の力が抜け、いきむ時だけに力を入れると言うことが出来ました。もちろん主人、高野婦長、柳瀬院長先生や看護婦さんの応援があつたからこそ、破水してから4時間と55分で自然分娩が出来ました。普通だったら陣痛が来てから破水みたいです。けど、私の場合はいつも破水してから陣痛が始まるみたいです。だから、陣痛が始まってからは、もっと短い時間で分娩が出来たのなによりです。生まれてくる瞬間の痛みは、だれにでもある。けど、みなさまの御陰でそれが一瞬にすぎなくて、とても自然に感じる事が出来ました。ヤナセクリニックのみな様、どうもありがとうございました。

そして、これからもよろしくお願い致します。

私、本当にこの子産めるのかな？2人目の出産なのにどんどん不安になったのは、予定日超えての検診の帰り道。1人目も予定日超過12日目の出産だったけど、破水して入院。微弱ながら陣痛もあった。でも今回はおしるもなければ、お腹の張りもない…。ないないづくし。赤ちゃんもさっぱり下りてこない。そんな状態のまま、結局予定日超過9日目、誘発する為入院。“ま、入院すればなんとかなるはず…”そう思っていたのに、初日薬を飲んででも全然反応なく、2日目は朝から薬のんで、筋肉痛になる程階段を上り下りし、午後から点滴もしてみたのに、点滴が切れると嘘のように張っていたお腹がゆるゆるに…。どんどん心細くなったけど、先生や看護婦さんの励ましがとても温かかった。3日目、朝から点滴。2

本目を打ち、夕方陣痛の間隔も2分になり子宮口も6cmになったのでLDRに入ったけど、何だかまだ痛みが弱く…。ワラをもつかむ思いでフットバスを試したらどんどん痛くなった。やっ！”と思つて横になると、全く痛みが来ない…。“?!”半ばパニック状態になりながら、フットバス(痛みがきて)↓内診で横になり(痛みなくなり)を3回くり返し、やっと破水!!破水したらあとは早かった。子宮口が全開したらたったの13分で産まれた。パパや上の子、姉や姪たちまでもが立ち合ってくれて、本当に皆に励まされながらの出産でした。先生や看護婦さん、家族の励ましがなかったらとても頑張れなかった。本当に本当にありがとうございます。予定日を超えると不安になるし、イライラします。でも、産まれた赤ちゃんを見たら、そんなイライラも出産の痛みも忘れてしまいつつあります。

今回、私は2人目の出産ということもあり、気分的に余裕があるかなーと思っていました。けれど、実際は急なとき、上の子もいるので、どうなるのかな…と思ったら、だんだん不安になってきました。予定日を過ぎて、「今日かな、明日かな？」と考えるうちに、生理痛のような痛みがやってきて、まだ弱いかな？とも思ったのですが、病院にきました。けれど、だんだん痛みもおさまってしまい、「来るのが早かったな」と思いました。

とりあえず、入院になりましたが、「このまま、なかなか陣痛がこなかったら…」と思って、階段をのぼりおりにしていましたが、だんだん寒気がしてきて夕方体温をはかってもらうと、熱が少しありました。「もう今日はゆっくりして、明日また階段を往復しよう」と思っていたら、19:30: 20:00と痛みが増してきて、つらくなってきました。痛みが強くなると、2人目の余裕

も何ありませんでした。先生やスタッフの方が腰をさすってくれて、フーツ、フーツと息をはいて…をくり返しているうちに、「もうお産になりそうだからね」と言ってもらったので、ヘトヘトになりながらも「ああ…がんばらない」と思いました。そして…赤ちゃん誕生！「よかったー」自然に言葉ができました。きつと何回も経験しても誕生の瞬間は感動ですね*先生、スタッフの方々、本当にありがとうございました。これからも頑張ってください。

2/2 予定日を8日も過ぎているのに全く陣痛が始まらず、とうとう入院。子宮が開いてないので、メトロ挿入。これは痛かった。夜もなかなか寝れずつらかったが、

そのおかげで子宮口6cm開く！が、まだ陣痛がこない
ので、2/3メトロ拔去後、誘発剤を飲むが思うように
陣痛が来ない？！痛みは来るのに、おさまってしまう。
少し疲れモードになってしまった。

2/4朝から少し緊張気味だが、今日こそはがんばって
産むぞって心にきめて点滴開始。だんだんと今まで経験
したことの無い痛みが波のように押しよせてきて、すご
くつらい。LDR室に移動。とうとうお産だ！立ち合い
は嫌っと言っていた主人は、私の様子を見て、最後まで
いてくれることになりうれしかった。

だんだん痛みが激しくなり、苦しくつらかったが、赤ち
ゃんもいっしょにがんばっていると思いがんばり、主人、
実家の母、ヤナセ先生、奥村さん、高野さん、スタッフ
の方々の応援の中、無事赤ちゃん誕生！自然と涙が出て、
すごくうれしかったです。きっと他のママたちも同じ感

動を味わえると思うので、がんばって欲しいです。
ヤナセ先生、奥村さん、高野婦長さん、スタッフの方々
に本当に感謝しています。

2004年2月6日、16時48分、3665gの男の
子を出産しました。

2年前の夏に1人目を出産したときも、ヤナセさんで大
変お世話になり、2人目も安心して出産にのぞむ事がで
きました！！

幸子先生、高野婦長さん、奥村さん、1人目の時にお世
話になった森中さん、そしてスタッフの皆様、本当に感
謝しています。

長男、次男ともにつわりに苦しみ里帰りし、実家で寝た

きりの時があった事や、陣痛も全て含めてよい経験となりました。

1人目の時は、本格的な陣痛がきてから出産まで7時間程かかったのが、2人目では3時間くらいで、2人共安産で本当に良かったと、産み終えてしばらくしてから毎回感動をおぼえます。

産まれてきてくれた瞬間の最高の喜びをいつまでも忘れる事なく、これからの子育ての励みにしていきたいです！

最後に、ヤナセクリニックの全ての皆様、これからもいつまでも変わることなく最高のスタッフでいてください！！本当にありがとうございました。

「2人目のお産は早いよ。」と周りの友人達からアドバイス？されていたので、「病院まで無事たどりつけるのか？！」という心配ばかりしていました。ところが予想に反して入院から1日以上。(破水したからですが)本格的な陣痛からは、数時間で確かに早い出産でしたが、「長かった〜」という気持ちでした。

LDR室に入ってから家族の励ましや、先生、スタッフのみなさんがつきつきりでマッサージや温湿布をしていただいたおかげで、その時のぬくもりの方が今は記憶に残っています。

産まれた子どもと向き合いながら、あの苦しかった瞬間も、産まれる瞬間も同じ大事な時間の積み重ねだと思つと、一瞬、一瞬の大切さを思っています。

今回の出産で、そんな貴重な体験を支えてくださった先生や、スタッフのみなさんに改めて感謝の気持ちで一杯

です。

ありがとうございました。

この日は朝からよくお腹が張るなあと思いつつ、予定日までまだ×2だしと、買い物など出かけたりで…マサカ夕方くらいからどんどん痛みが強くなってきて、心配で病院にきてみたら妊娠中毒症！！いままで全然問題なくきてたのに…入院。このままどうなるのかすごく不安になって。でも、赤ちゃんってすごいですね！！生きよう、生まれようとする力ってゆうのか！？その日、そのまま陣痛が始まって、どんどん出産へ向かっていって、7時間でかなりの安産だったらしい。

あたしは初めての出産で予定外の出産スタート。ちよっ

とパニックになっちゃったりもしました。こんな痛みなんて初めて、どうなってくのかもわからない不安も大きかった。けど、赤ちゃんもがんばってるんだなって思うと、こつちまではげまされました。それから、お母さんや看護師さん、途中からパパもついててくれて、すごく心強かったです。パパも看護師さんにアドバイスをうけながら、優しくサポートしてくれました。不思議とコシをさすってもらおうと痛みが安らぐ感じがして、出産ってひとりでするんじゃないんだナーって…赤ちゃんもパパも周りではげましてくれてた人達みんなが力を合わせてするもんなんだなって感じました。

はじめは立ち合いにとまどってたパパも、赤ちゃんが生まれてきたの见られてよかったって、すごい感動してました。あたしも立ち合ってくれた母も、生まれて産声をきいた瞬間涙があふれてきて、なんともいえない感動を

あじわうことができました。

出産当日、午前中検診でした。その時の内診で子宮口が5cm開いているとの事でした。でも、あまり痛みもなく張りもなくそのまま自宅に帰りました。

家に帰った頃から少しずつお腹が痛くなってきて：（食べすぎ?!）いつもと違うと気付き、病院と主人にTELしました。

主人が家に帰ってきたときは、ものすごく痛く、病院に着いたときは自分では歩けないぐらいの痛さで、車イスでLDR室へ。LDR室に着いたときには子宮口は全開でした。（PM2:50）

それから看護婦さんに言われた通りに呼吸をして力ん

で。『頭が見えてますよー』という声が聞こえた時はすごく嬉しかった。もう痛さなんか忘れて早く会いたいっていう気持ちの方が大きくて、PM4:10 3560g 51cmのBigな男の子を産みました。

産むまではホント予定日が近づくにつれ、すごく不安でした。痛いのかな?ちゃんと産めるのかなーって。けど、いざ本番になったら会いたい気持ちで痛みも不安もぜんぜん。ちゃんとベテランの看護婦さんもついてるし。

これから出産するお母さん、頑張って元気な子を産んでくださいネ

2人目の出産となる私は、1人目の出産のあの心地よさが忘れられず、もう一度ヤナセの人達に囲まれて、お産がしたいと願ってきました。妊娠がわかってから季節が

かわり月日が流れて今日のお産となったわけですが、上の子も育てながらこの期間つわりがしんどいときも、待合室で長い時間待ったときもいつも診察室は笑顔の幸子先生の優しい笑顔とあたたかいことばと、ちょっとした心配に的確にこたえてくれる心強さがまっています。ピクスやヨガ、各母親教室などでことばを交わした高野婦長や奥村さんなど、ヤナセにくると人とのつながりがとつても心地よく、ゆったりとでき、「あぁここでまたお産できるんや」と嬉しくなりました。そんな妊婦生活を送ったあと、やはり！いいお産となりました。今回は和室LDRを試してみたかったので、そこでLet, s Try!!もうとにかく自分の思いをすぐく受けとめて、以心伝心でお産をすすめてくれている安心とありがたさを感じて、途中しんどくなっても眠気がおそってきても、また自分がんばる気合いをもたせ

てくださいました。高野さん、奥村さんありがとうございました。お産ってどうしたらええの？って思っちゃいます。でもでもそうしたくなるんです。「呼吸法」の勉強しなくても、長い深い息をしたくなるし、体制をかえていきみたくなるんです。ほんとに自然に赤ちゃんの動きを体で感じて、自分で行動できるんです。それをスムーズにさせてくれるのは、いっしょについてくださるスタッフの方々。ヤナセではいつもいい思いをさせてもらっています。赤ちゃんのいい出会いをするために、スタッフの方々とまずいい出会いをしてください。

p.s 高野さんがお産の最中に私の足裏をふんでいると思ってたの、あれ実は足のツボを押してくれてたのでしようかねえ。

私の出産予定日は2月18日でした。だけど、16日に軽い陣痛がきて入院！…そのまま出産になると思っていたら、子宮口が開きにくく、そう簡単にはいきませんでした。そんな中破水をしてしまい、誘発をすることにしました…。まずは17日に子宮口をやわらかくする注射や薬を飲みました。でも、失敗！…そして18日には点滴をうつたりしました。だけど、それも失敗！…私は、だんだんと焦りはじめていました。そして19日には風船をいれましたが…我慢しきれなくて途中で中止。そしてまた点滴をしましたが…それも途中でやめました。私はなんでこんな事をしなければダメなんだろう… 家族の皆を何日も巻き込んでしまつてと思い、辛くてたまらない気持ちになりました。そんな私に私の母がもう誘発は止めて自然に陣痛が強くなつて子宮口が

開くのを待とうよ！と言ってくれました… それで気持ちも落ちついたのか、その日の夕方から陣痛が強くなり、子宮口も少しながら開きはじめてのです。そして20日のお昼にやっと出産*ほんとうに苦しい日々だったけど、そのぶん産まれてきた我が子を思う気もちは大きいと思います*この愛しいBabyを無事に出産して抱けているのは家族や先生やスタッフの人達の支えあつてこそだと思つていきます。本当によくしてもらい有難うございました*

私のBabyは、2975gの元気な女の子です*

名前は瑠華(るか)でちゅ*

これからも親子共にヨロシクおねがいします*

予定日より9日早い2/16の朝、お腹の下の方がすこし痛かったのですが、横になって休んでいるとひいていったので、普通の生活をしていました。そして、夕方おしるし”らしきものがあり、もうそろ②かな〜と旦那と話をしていました。でも何もなかったので寝ることに。横になってボーっとしてると突然お腹に痛みが… ついに来た！と思いつつ初産なので陣痛の痛みがわからないので、まずはトイレに。しばらくすると痛みは治まり、また寝ることに。寝返りをした時、何かがやぶれ、あふれてくるような感じが…。破水でした。しかも出血していて、慌てて病院へTEL。急いで病院にかけこみました。原因不明の出血に不安を感じていると、幸子先生は赤ちゃんは元気だから大丈夫！といつもの優しい笑顔で励ましてくれました。幸子先生の顔を見るたびホっとしました。破水をしたものの、何時間経っても陣痛

の波は間隔的に来ません。不安といらだちがつもる中、2/17お昼前、洋LDRへ。破水をしたので、ずっとベットで横になり、陣痛の波が来るのを待っていました。すると夕方から急に痛みが！！苦しそうにしている私に、ダンナと母とダンナの母が3人で体をさすってくださいました。そして痛みがピークに。何度も「痛い！もう嫌」と思いましたが、赤ちゃんも頑張ってくれているとおもい、痛みにたえました。痛い②を何度も口にするとおもい、スタッフの長谷川さんがいっしょに呼吸をしてくれたり、腰のあたりをあたためてくれたり、優しく声をかけてくれて、私はだいぶおちつくことができました。そして子宮口全開。やっといきんでもいいよと言われ、私は精一杯、残っている力を出していききました。最初はなか②うまくいかず、いきみを2回つづけることができなかったのですが、幸子先生、婦長さん、長谷川さんが3

人でタイミングをいっしょにあわせてくれて、すこしずつうまくできるように。何回かするうちに頭が。頭が出たあと呼吸法をかえ、すこしするとスル②と体が。2／17 pm 10:00 女の子が誕生*産声を聞いた瞬間、今までの痛みなんて忘れてしまうくらい、うれしく感動でした。

夫、夫の母、私の母、幸子先生、婦長さん、長谷川さん、みんなのおかげでいい出産ができました。ありがとうございます。

2／18 AM 3時頃、夜ふかししていた私がウトウトしはじめた時、“パチッ”という感触で目が覚めました。破水です!!自分でも意外なほど冷静にTELし、4時

頃母に付き添われて入院。途中、京都にいるパパ（里帰り出産だったので）に連絡し、なるべく早く来てくれるようお願いしました。初産だし、夕方くらいには産めるのかな…とその時は思っていました。ところが、間もなく陣痛が始まり、痛みは徐々に強くなってきました。入院時1cmだった子宮口は2時間前後には5cmに。夕方ではとても間に合わない。パパに連絡。その後、どんどん強くなる陣痛に耐え、子宮口が8cmになり、いきみ始めた頃、パパ到着!!あまりの早い進行に半ば諦めかけていた立ち合い出産の願いが叶いました。パパに励ましてもらいながら頑張ること1時間… 待望の女の子が誕生しました。終わってみれば、初産なのに4時間を切るスピード出産。本人は必死で長かったような短かったような…。でも、本当に出産を経験できて、女性で良かったと思えました。里帰り出産で不安いっぱい私を

明るく迎えてくださった院長先生、LDRでずっとお世話をして下さった婦長さんはじめスタッフの方々、そして同じ思いをして私を産んでくれた母、妊娠中からずっと私を支えてくれた夫… 周りのみなさんが支えて下さったおかげで本当に良いお産ができました。ありがとうございます。ありがとうございました。出産の痛みは忘れるって本当ですね。今は母になった幸せと感動、周りの人々への感謝の気持ちでいっぱいです。

私のお産が始まったのは、予定日よりも10日早い2月23日の早朝でした。不規則な陣痛から始まり、朝9時過ぎに診察してもらったところ破水していて、即入院と

なりました。でも23日中は陣痛の間隔は短くならず、24日に日が変わった頃から序々に10分、5分と間隔が短くなり、午前3時半頃LDR室へ移動しました。LDR室に入ってから順調に子宮口も開き始め、4時過ぎには8cm、5時過ぎには全開でした。梅原さんからのアドバイスで床に座っていたのが良かったんだと思います。しかし全開まではスムーズにいったものの、いきんでもいきんでもなかなか頭が出てきてくれなくて、何度も心の中で「早く出てきてー!! 私の体力、もうすぐなくなる!!」と叫んでいました。「もうダメかも…」と思ったその時、高野婦長の「もう頭見えてきたよ!!!」の言葉を聞いて、最後の力をふりしぼり数回いきんで9時22分にやっと誕生。元気な産声を聞いたとたん、感動がこみあげてきました。生まれるまで性別は教えてもらわずに、お楽しみにとってありました。生ま

れてきてくれたのは、2525gの元気な女の子でした。私は女の子が欲しかったので感動も2倍です。これまで色々指導していただいた幸子先生、とりあげてくださった高野婦長、最後まで励ましてくださった梅原さん、立ち会ってくれた主人とお母さん。本当に本当にありがとうございます。

2/21 家で寝ていると陣痛らしき痛みが…。とりあえずTELをし、入院することになりました。まだ子宮口が2cmだったため、その日は一日様子をみることに！まだかなあ？と不安でいつ激しい痛みが来るのかドキ×2しながら待つてましたが…。2/22次の日になってもなか×2きません！陣痛をおこすために

廊下や階段を上下したりしました。しかし、腰痛の痛みが増し、リラックスもかねてアロマ入浴しました。とてもリラックスでき腰痛の痛みも和らぎ、アロマ入浴はぜひオ*ス*ス*メ！

そうしてうちに1〜2分ほどの痛みがくるようになり、LDR（洋）に入りました。しかし、疲れがあったせいか、陣痛が弱くなりすごくショックでした。そのため、薬の助けをもらいました×2陣痛復活！！ベットの横では、母が腰をさすってくれたり、「がんばって！！」と看護婦さんの声にとても勇気づけられました。ぜったいに1人では出産できなかつたと思います！子供を産むのは、本当にたやすいことではないと体験して、改めて実感しました。

この感動を忘れずに愛情たっぷりに我が子を育てていきたいと思います。ヤナセクリニックスのスタッフのみな

さんには本当いろ×2ありがとうございました！

毎週楽しみにしていたドラマを見ていたら、突然破水。予定日より2週間も早く、初産は予定日より遅れることが多いと聞いていた私は、まだ心の準備もできておらず、本当に私が出産するのか…と、信じられない気持ちでした。破水したらすぐに陣痛がくるのかと思っていたら、生理痛のような痛みは規則的にくるものの、お産につながる陣痛にはならず、まる一日たつてしまいました。里帰り出産でこちらにお世話になっていたので、主人は車で6時間程かかる所にいました。立ち会い出産を希望していましたが、間に合うかどうかわからない状態だったので、陣痛が長びいてしまったおかげ

(?!)で、本格的な陣痛も始まらないうちに主人が到着することができました。パパを待っていたかのように、主人が到着して間もなく本格的な陣痛が始まりました。今まで経験したことのない痛みで想像以上でしたが、主人が側にいてくれたので安心できました。そしてLDRに入ってから高野婦長さんと長谷川さんも、ずっと側にいてマッサージしてくれたり、一緒に私の呼吸を整えてくれたりしました。そして子宮口もいよいよ全開し、やっとの思いで赤ちゃん誕生！！私より先に、パパの方が号泣していました。始めて腕に抱く我が子は、他の人が見たら多分宇宙人のように見えるのだろうけど、私達にとっては本当に天使のようでした。お産が始まって、ずっと励まして一緒に呼吸をし、私がいきむときには一緒にいきんでくれた主人。本当にこの人と結婚して良かったな*と思いました。私一人で赤ちゃんを産んだので

はなく、2人力を合わせて2人で産んだ子です。そして、幸子先生、高野婦長さん、長谷川さん、スタッフの皆様がいなければ、私はがんばれなかったかもしれません。本当にお世話になりました。ありがとうございました！

私は初めてのお産で不安でいっぱいでした。友達からは鼻からスイカくらい痛いと言われていたので、本当にこわかった。でも、自分より生まれてくる子供の方が「狭い産道を通って、未知の世界に1人で出てくる」というのを本で読んで、その通りだと思い、陣痛でくるしくてもお腹の子供に「ガンバレ」と心の中ではげましながら、痛みにたえた。主人も立ち会い出産はこわいからイヤと

言っていたのですが、ずっと手をにぎっていてくれたので、がんばれました。

子供の頭が見えてきてから、先生、スタッフのみなさんがいっしょに「フツ、フツ、フツ」といっしょにしてくれて、1人での出産でないと思い、心強くなりました。本当に良い出産が出来たと思います。

先生、スタッフのみなさん、ありがとうございました。ぜひ2人目もお願いします。

初産は遅れがちで出産するとよく聞くので、まだまだと出産準備も完全にできてない状態で約2週間早い出産でした。

突然で心の準備もできてないままの入院。怖い、不安と

感じているのも束の間で、アツという間に陣痛ピークになりました。人からは陣痛、出産の痛さは何度か聞いていたけど、人の話からはやっぱり想像もつかない痛みでした。子宮口が全開なつたらずぐに赤ちゃんが出るものと思っていたけど、それからが、とんでもなく痛くツラく“早く出てェ〜”という気持ちでいきみ、何度も何度トライして、やっと頭が出たと先生たちから聞いたと思つたら、もう自然に体が出てきて、出産していたという感じでした。赤ちゃんの足で自分の太ももあたりを元氣よくくられ、お腹もスツキリし、本当にでたんだア〜*とホツとするとともに、涙ができました！

自分は小柄で、体力も持続できるかと不安もあったけど、出産時にずっと側で手を握っていてくれた主人がすぐくありがたく思い、より一層絆も深まり、これから2人で赤ちゃん大事に大事に育てていけそうだなと実感し

ました。赤ちゃんが日に日に成長して表情、仕草が変わって、ずっと見てもあきずカワイイものです。家に帰ると育児以外にする事もあるけど、育児をするのが楽しみになってきました。ハリきつてしようと思いません*

出産・入院時、お世話になった先生、スタッフの方たち、本当にありがとうございました。

育児もなんだか自信もってできそうな位、母性わいてきました。

今回2人目の出産でした。1人目の子の時は分娩時間26時間で、かなり苦しみましたが、今回経産婦ということで、簡単、楽に生まれてきてくれるだろう…と余裕に

思っていました。(3、4時間で)でも、そんなに出産はあまくありませんでした。2月26日、出産当日の朝5:00頃に陣痛で入院。それから陣痛がだんだんなくなっていく、アロマバス入浴。階段の上り下りも、主人と2人で頑張りました。そのせいか、昼の12時頃破水し、陣痛もどんどん本格的に。陣痛から出産までの8時間50分が、どんなに長く感じたことか…。痛くて、痛くて。1人目の時こんなに痛かった?と思う程でした。でも、その痛みも婦長さんのマッサージでだいぶ楽にはなりました。どうして婦長さんはあんなに痛いところがわかるんだろう…。さすってほしい所を、ツボをマッサージしてくれました。ずつと痛い間つきあっていただけ、ありがとうございました。本当に助かりました。赤ちゃんのかわいい泣き声も、スタッフの皆さん、先生のおかげです。これからも上のお兄ちゃん、妹

になった赤ちゃん、親子4人で仲良くワイワイとすごしていきます。

ありがとうございました。

3回目の出産でした。

まわりは「スグうまれるさあー」とか言ってきましたが、私自身1回、2回と色々知ってしまったので、とても不安で眠れない夜ばかりでした。

予定日より1ヶ月弱早く、その日は来ました。

夜中の2:30ごろお腹が痛くて起き、じんつうか…便秘か…と冷静に考えました。とりあえずヤナセクリニックにTEL。すると「とりあえずスグ来て。」といわれて、3:30ごろ到着。イキナリ子きゆう口全開で、タタミの部屋で即出産。自分でも信じられなくて、右手

はまくら。左手は、だんなの手で3：52にうまれました。少し小さめの赤ちゃんでしたが、元気でした。でも後じんつうが痛くて×2： 2日ぐらい続きました。ただ無事に出産でき、やなせ先生、助産師さんどうもありがとうございました。

↑ 人目の出産が31時間もかかる難産だった為、出産に対する恐怖心が人一倍ありました。それで、2人目はリラックスしたいお産がしたいと思い、こちらのヤナセクリニックでお世話になることにしました。妊娠中は逆子になるというトラブルもあり、体操をしてもなかなか直らず、このままだと帝王切開になるかも… と思っていたのですが、先生に外回転術を試みてもらい、見事成

功!!逆子が直りました。それだけでも幸子先生には感謝の気持ちで一杯です。それからの妊娠生活は順調で、ついに予定日を3日過ぎた深夜午前3時に突然破水し、すぐに入院すると5分間隔の陣痛がきていて、子宮口も5cm開いてるとのこと。「朝までには産まれるよ」と言われました。えっ!?そんなに早く産まれるの!?!と正直信じられませんでした。1人目が辛く長いお産だったので… でも、アロマ足浴をさせてもらうと、あつという間に強い陣痛がきて子宮口が全開に。あまりの展開の早さに気持ちがついていけません。いきんでいいよと言われても、上手にできないのです。幸子先生に手を握ってもらい、先生の指示どおりとにかく先生の言葉に身をまかせました。何度も「怖い・怖い」と言ってしまう。でも本当に怖くて痛かった。それから数回のいきみで赤ちゃん誕生!! 私には信じられないほどの安

産でした。助産師の森中さんと幸子先生、今回はとてもリラックスしたいお産が出来ました。ありがとうございました。

予定日前日の午前3:00にお腹に痛みを感じ、トイレに行くとおしるしが…。その後、不規則ながら陣痛が始まり、ちょうど検診日だった為、病院に向かいました。

まだまだ弱い陣痛だったので、一度家に帰されるだろうなあと思っていたら、内診の結果、子宮口はすでに7cmも開いているとのこと！即そのまま入院となりました。だんだん陣痛も10分、8分間隔と規則的にはなってきたものの、痛みはまだまだ…。一旦LDR室から出て病室で待機となりました。その後、痛みは強くなりPM8:30再度LDR室へ。そしてついにPM9:48待望の女の子誕生となりました。主人は仕事で立ち会う

ことができませんでしたが、母と先生、婦長さん、スタッフの方のおかげでがんばることができました。赤ちゃんの姿を見た時は「あー無事に産まれてくれてよかったー」。“よくがんばって出てきてくれたー”と本当に感動しました。そして自分が出産を経験して初めて、“この感動は産んだ人しかわからないものなんだなあ”と実感しました。

里帰り出産の私にとって、産院が変わっての出産に不安もありましたが、先生を始め、スタッフの皆さんがとてもやさしくて、本当にこの病院で出産できてよかったなあと思いました。本当にありがとうございました。私の出産予定日は3月16日でしたが、逆子がなにもして治らず、3月4日に帝王切開で出産することが決まっていました。でも、2月26日 夕方頃から気分が悪く、吐き気の止まることなく、27日の朝4時に

救急車でヤナセへ！お腹も痛くて、何か不安にすごくおそわれて…。(その時はたまたまパパもいなくて！)看護婦さんと先生に陣痛が来てるから今日手術するね。と言われて、痛いのがなくなるんだという気持ちと、手術への不安でまたいっぱいでした。

手術中、手を握ってくれた看護婦さんには本当に心から感謝！あと、外で待つてくれた親友と、パパ忙しい中本当にありがとう。術後の看護婦さんの対応や、毎日清掃しに来てくれる人と、毎日ご飯をはこんでくれる人、本当に暖かい対応でヤナセで産んでよかったと心から思っています。みなさんの協力のおかげで2828gの元気な私のかわいい赤ちゃんが生まれてくれたんだと心から思います。最後に忘れてはいない…。幸子先生、妊娠中からずっと逆子の治ってくれないワガママ息子と私が本当にお世話になりました。これからもイロイロ

とよろしくお願いいたします。
みんな本当に心からありがとう！！みんなの気持ちに応えられるように赤ちゃんを大切にして幸せになりま
すネッ！！

2004年3月ご出産

4人目の出産とゆうこともあり、あまり気にせず楽に産まれると思っていた私。が、38週に入ったとたん突然の破水。実は私、上の3人の子全て破水で産まれているので、この子だけは“陣痛がきて、何分間隔になったらTEL…”と期待していました。が、やはり破水…。しかもすぐに出るかと思ったら夜中12:30に破水してから、朝10:00まで陣痛はこず…。今までは促進剤をすぐ使われていたのですが、使わなく“自然に…”とゆうヤナセ産婦人科に最初はびっくり！それから子宮口が開くのは早いけど、きばってもきばっても赤ちゃんは降りてこず、痛さばかりで半泣き状態でした。そんな

な私をあせらずゆっくり落ち着いてはげまして頂いた先生をはじめ、スタッフや助産師さんに感動しました。やはりヤナセ産婦人科ってすごいなあと思いました。そして又又、微弱陣痛になり、AM11:51に初めて促進剤を入れはじめたとたん、12:26やっと産まれました。*しかも希望の女の子*後で聞いた話ですが、赤ちゃんは顔を下に向けて出てくるのですが、私の場合、横向きだったそうで。だから出にくかったのですネ。何人産んでも、その子によって産まれ方が違うんだなあ…と今さらながら感心…。そして上の子もこの病院で産みたかったなあと後悔…。最後に先生、助産婦さん、やさしいスタッフの方、本当にありがとうございます。やはり噂以上のいい病院です。途中で病院を変えて本当によかったな〜と思いました。

今回は4年ぶり2回目の出産！！今回は予定日よりも1週間遅れだったので、2人目といえども予定日（3/4）以降だろうと勝手に思い込み、3/3もいつも通り主人を会社に送り出し、上の子の保育園の準備をしトイレに行くと、普段よりも多めのおりものに薄い赤色が混ざっていましたが、あまりにも少量だったのでおしるしと思えず、上の子を保育園に送り雑用を済ませ一息。10時頃になるとお腹が痛み初め、もしやこれは陣痛かしらと思ひ様子を見ると、間隔はまだまだ20分〜30分、痛みも強くない。11時をすぎた頃から陣痛も強くなり、間隔も15〜20分。主人と実家に連絡し入院準備の確認。13時半主人が帰宅。間隔も10分〜15分、病院

にTEL。午後一番の診察を受けるため14時半自宅出発。子供の迎え経由病院へ！15時、内診結果すでに子宮口が8cm開いているとのこと、もちろん即入院！すぐにLDR（洋室）へ！段々と増す痛みには子供の相手をする余裕もなくなり、ベッドの上で破水！！とたんに痛みも増し、主人に看護師さんを呼んでもらうと子宮口は全開。ここでベットから分娩台に変身！主人と子供の応援と看護師さんのマッサージに助けられ破水から30分、3660gの男の子が誕生！！1人目の時よりいきむ回数も時間も短かく意外にあっけなく？！出産は出来ました。（痛さは同じいやそれ以上だったかも…）先生やスタッフの方々のおかげで、とても楽に安心して出産することが出来ました。ありがとうございます。

2人目の出産でしたが、1人目とは違う進みで、出てきた時の気持ちは違いました。

というのは、パパの仕事が忙しい時だったので、土・日に出て来てねっとお腹に話かけてたので、「言い聞かせるとちゃんと聞いてくれるよ」って友達から聞いていたので（金曜日あたりから陣痛があり、夕方に病院に行った時には、早ければ1〜2時間で産まれるとのことでした。ですが、それから微弱陣痛がつづき、ようやく朝になってから強まってきたので、産むことができました。

よく考えれば上の子がいるので、朝陣痛が来て昼頃産まれてくれると…なあと言っていました。まさにそのとうり、もっと早く出たかったのに、お腹の中がまんしてくれていたのではないかと思いました。やっとかあちゃんの顔をみれた時には“やっ与会えたね”って言っていました。すごく出てきてくれて安心しましたし、頑張ってくれた

と思いました。上の子の時は感動で言葉になりませんでした。

同じ母親でも、その子、その子で産まれ方は違うもの、リラックスしてお腹に話かけるのもよし！ゆったりとかあちゃんの事を考えて自分の宝物になるお産にして下さい。

今回初めてのお産です。予定日から1日すぎた日の夕方、少しいままでとは違う痛みを感じ、その日の夜痛みの間隔が短くなって病院へTEL、そのまま入院となりました。なぜか？「きつと朝までには生まれるんだろう」と夜中じゅう痛みに耐えていましたが、なかなか効果的な陣痛にならず、朝になって先生の内診の結果もまだ2〜

3 c m O P E N の状態。『初めだからね。こんなもんだよ。少しずつ進んでいるからあせらずがんばって』の先生の言葉に、夜中痛くてねむれず、疲れぎみの私は『まだかかるのかなあ…』と少々へこみながらも、パパと2人で歩いたり、アロマバスに入ったり、なんとかすごしていました。やつとの思いで夕方になり少しいきみたい感じがして、L D R へ移動。L D R へ入ってしばらくすると、いきみたい感じがだんだん強くなり、すぐ分娩台へ！！それから助産婦さん、パパ、先生の声を聞きながら、ヨガの呼吸「フーフー」でがんばり続け、やつとの思いで誕生となりました。出産は自分が想像していたよりずっと大変だったけど、元気な産声をきいてわが子の顔を見た時は、本当に幸せいっぱいになりました。これからご出産を迎えるママ達！！（特に初めての）不安な事もたくさんあって大変ですが、きっと出産を終えたら

“産んでよかった”の気持ちでいっぱいになるはずです。先生達のフォローもあるので大丈夫です！！がんばって下さい。

最後になりましたが、苦しんでいる私に色々声をかけてくれたヤナセクリニツクの方々、幸子先生、婦長さん、森中さん、皆さんのおかげで乗り切れました。ありがとうございます。↓こちらで出産できてよかったです。そして最初から最後までずっと手が筋肉痛になるまでさすり続けてくれたパパ！！本当に感謝です！！（一人ではたえれなかった！）本当に本当にありがとうございます。。。。おつかれさま*

三重県に引越して来て、すぐに2人目の妊娠がわかりました。1人目の時は、つわりがひどく大変でしたが、実家も近く専業主婦だったので、何のとまどいもありませんでした。今回はずごく不安の方が大きかったです。今回もやっぱり前同様につわりがひどい上に、1才半のお兄ちゃんとの戦いは本当に毎日つらかったです。しばらくして、今度も主人の実家での大家族同居が始まり、上の子ども少し見てもらえるようにはなったものの、自分達だけの生活ではない分、本当に大変でした。逆子がなかなか治らなかったり、いつまでもつわりが続いて、やっと予定日が来たのに、前駆陣痛だけでなかなか産まれてくれる様子がなくて心配していると、2日遅れの夜になんだかお腹が痛くなって、パパ、お兄ちゃんに付き添ってもらって入院したのに、5分おきの痛みは朝方遠のいてしまいました。子宮口が5cmも開いているのに、

あまり進まなくて、促進剤を使うことを朝9時に決定して、点滴を入れるとあつという間に痛みが強くなって、11時には元気な女の子を産むことができました。2人目でもやっぱり苦しかったけれど、今回はパパやスタッフの方に見守られて満足のいく出産ができました。10カ月間、本当に大変でしたが、今は産まれて来てくれて、本当に幸せを感じています。スタッフの方々、いつも笑顔の幸子先生ありがとうございました。

2人目のお産で予定日が近づくほどイタミを思いだして不安な毎日でした。入院してからも「あーまだまだこれからだなー」と思うと、泣きそうになったけど、看護師の方たちがイタくて

叫ぶ私の腰をその度に押しつけてくれて、何度も一緒に呼吸をしてくれて安心させてくれました。

「こんなにイタくって つらくって イヤー」と思ったけど、赤ちゃんもガンバってるからという一言と、ママがんばって!!と喋ってくれた長男の声と、ずっととなりで手をにぎってくれたパパと、ずっと腰をさすり声をかけ導いてくれた院長先生や、看護師の方々のおかげで無事に産むことができました。本当に幸せなお産でした。もしも、次があるならば…
またこちらで産めたらいいなと思います!!

3 / 3 の出産予定日より8日遅れの3 / 11 AM
3 : 26 に出産しました。1月に神奈川から里帰りで帰

ってききましたが、出産する病院を決めていなくて、不安で一杯でした。三重に帰ってまず友達何人かに「良い病院教えて!!できれば女の先生で。」聞いた友達、すべて「ヤナセクリニック」と言っていました。すぐ予約して決めました。先生を初め、スタッフの皆様とても親切で、出産に対しての不安は全く無くなっていました。出産予定日、1週間前2 / 23、早朝トイレに起きたら「スエットのズボンがつめたい!!」トイレに行くと生理2日目くらいの出血。電話をしたらすぐ先生に連絡して下さい、「おしるしの一種なので、朝一で診察しに来て下さい」との事でした。(おしるしって、おりものに少し血が混ざるものだと思ってた…)しかし、それ以降予定日を過ぎても陣痛がなく、とうとう3 / 10に入院になりました。お昼ぐらいから1時間おきに薬を飲みました。夕方ぐらいからお腹は張り出したのですが、あまりいつ

もと変わらず「まだかなー」と思いつつ、母と「明日もまだかも」なんて話してました。しかし、20:00くらいから5分間隔で痛みが来ました。24:00くらいには痛くて、1人でLDR室でアロマバスを入れて頂き入ったんですが、痛くて15分で出てしまいました。(すごく楽しみにしてたのに…) LDR室で歩き回っては、しゃがみ込んでのくり返し。それから何時間、ピークに達した時、森中さんがアロママッサージをして下さり、痛いのにホッとしてました。ヤナセ先生、森中さんのアロバイスを信頼して、おちついて出産できたんだと思います。出産って何も恐くないです。女性ってすごいです。赤ちゃんってすごいです。仕事終えて神奈川から夜中、車でとんで来た主人は立ち合いには間に合わなかったけれど、出産3時間後着いて、赤ちゃん見て、病室で泣いてました。赤ちゃんってそんなパワーあります。お産

の時1人じゃないですから安心して下さい。みんな同じように、先生やスタッフの皆さんに助けてもらって産んです。みなさんに感謝してます。

無事産まれてきて、ありがとう。

先生をはじめ、看護婦さん、パパ本当にありがとう。

感謝、感謝の一日でした。

2/2午前中から生理痛みたいな痛みがあったものの、普通に1日を過ごし、夕方突然の破水。急いで病院に行き、即入院となり、2時間後にはLDR室にいました。陣痛も強くなり、あとは看護婦さんの言われるまま…。呼吸法からトイレのタイミング、りきみの瞬間ともうお任せで、ただ私は指示に従うだけで、こんな立派な赤ちゃんが産まれてきました。産まれた時も一瞬で、するつと出てきて、赤ちゃんの顔を見た瞬間、今までの痛みが

ふっとんでしまい、天国に登りつめた感じでした。後、陣痛の間隔が狭くなるにつれ、痛さも増してきて、その時看護婦さんにして頂いたアロママッサージのあたたかな手の感触、パパに顔・首と汗を拭ってもらったやさしさは決して忘れません。とても痛みをやらわらげる事が出来ました。

ありがとうございます。

パパと一緒に立ち合い分娩が出来て良かったです。

赤ちゃんを産むという瞬間を共有し、これからの子育てに活かしていきたいです。

2/12 AM 7:30 朝目覚めると突然激しい痛みに襲われる。これは、まさしく1人目の出産で経験した陣痛の痛みだ！トイレへ行くと少量の出血があったので、陣痛が始まったことを静岡にいるパパさんに連絡を入

れた、時間を測ってみると、すでに10分間隔でビツクリ！幸せなことに眠っていたので陣痛に気づかなかつたみたいで、慌てて病院へ連絡を入れる。AM 9:30 2F外来にて先生の内診ではすでに子宮口7cm・陣痛の間隔は3分にちぢまる。さすが経産婦。自分でもビツクリするほどお産の進みが早く、あつという間に子宮口9cm大になり、すづに全開となった。全開になってからは早く、AM 11:13 3485gの元気な男の子を出産しました。超スピーディー安産だったので、パパさんは間に合わなかったが、スタッフの人たちの協力ですごく心強かったし、安心できた。今回は2度目の出産ってこともあつてか、少し余裕もあり冷静でいられパニックはさけられた。アロママッサージの効果は絶大で苦しい陣痛の痛みは和らぎ、陣痛の合間には体の力を抜き、リラックスも出来た。33週目よりお腹の張りが激

しく薬を飲んで安静の生活が続いたが、なんとか2/1
7の予定日近くまでお腹の中で育ってくれ、無事元気な
子供を出産できて良かった。痛みはすごく辛かったけど、
その後の感動は忘れられません。本当に満足出産でした。
これもみんなスタッフの方々や先生のおかげだと大変
感謝しております。そして上の子と同様、今回もヤナセ
クリニックで出産できたことをうれしく思います。あり
がとうございました。

お腹の中の赤ちゃんは大きくなっているのに、予定日を
すぎてもなかなか陣痛がきませんでした。予定日から5
日後の朝、なんとなくお腹が痛いような、ウンチがした
いような… という感じでしたばらく様子を見ていまし

た。お腹の痛みも30分間隔程で、まだまだかなと思い
寝ていましたが、急に痛みも激しくなり、病院へ連絡し
て車で直行。車の中では、1・2分間隔くらいで痛みが
あり、自宅から病院までの20分がとても長く、すごく
遠く感じました。病院につけてからは、内診する間もな
くLDR室に入って、陣痛待ちなどなくすでに全開して
いたということ、分娩が始まりました。今まで経験し
たことのない痛みで、「痛いー」と大声でさけんでいま
した。とにかく早く赤ちゃんが出てきてほしいと思い、
一生懸命頑張りました。分娩室に入って、わずか19分
で無事出産！！3750gで53.9cmもある大きな
女の子でした。初めて赤ちゃんを見た時は、痛さも忘れ
感動でした。赤ちゃんが小さかったら、車の中で産まれ
ていたかもしれないくらい、急な出産でしたが、院長先
生をはじめ、スタッフの方々がすばやく一生懸命に分娩

して頂いたので、本当に良かったです。ありがとうございます。
いました。

p s : 和室での分娩でしたが、雰囲気的にも出産後リラ
ックスできる部屋でもよかったです。

ちょうど1年前の3月に流産してからの初出産。

予定日を5日過ぎての誘発入院からスタートとなりま
した。

薬を6回飲んだ直後から急に5分間隔の痛みが、内診を
してもらったらすでに8cmとのこと。急すぎです。

ダンナさんは帰った直後に呼び戻されての立ち合いに。

アロマバスに入り、少しおちついたもののすずに痛みが。
台にあがってからもヨーガのことか思い出そうとし

つつも、ただただ看護婦さんの言葉についていくのみで
した。

でも、信じてついていってよかった。5時間半という早
さで（後がえらかったんですがね…）、3305gの元
気な男の子を会えました。

体のカタ〜イ私は足を開けられなく森中さん、長谷川さ
んに支えられマッサージされ、幸子先生の「上手にいき
めるよ」の言葉に励まされて頑張れました。

もちろん最初は汗をふくだけだったダンナさんが、最後
は縫ってもらった時の私の足を1人で補助するまでの頑
張りぶりにも感謝です。

回初めての出産なのですが、産まれて赤ちゃんが見えた
瞬間、ついさっきまでお腹にいたのにすごいと思い、泣

き声が聞こえ抱かせてもらい布から伝わる肌の温かき、動いているのを見てやつと会えたよ〜*という感動でいっぱいになりました。お産は前日から痛みが有り、ぐっすり寝れず、痛みが強くなり、赤ちゃんの頭がでるまで思っていた以上に痛いのと睡眠不足で眠気が襲ってきて、途中諦めたいと思いましたが、最後まで頑張れたのはスタッフの方々・先生・主人の親身な励ましと上手な誘導をして頂いたからです。陣痛が進むまでの間は入院してからなかなか寝れず、疲れはててきた時、好みの香のアロマバスに入れてもらい（とてもリラククスできました）、そのおかげか入浴中陣痛が進み、子宮口も開きました。それから主人も病院へきたのですが、初めてで痛がる私に何をして良いかわからずにいると、腰のマッサージなどを教えて頂いたり、汗をかき始めた時はアロマオイルを浸したおしぼりで拭いて頂い

たり、のどが渴いてきた時は冷たい飲み物を、腰の痛みが強くなり足もつりそうになった時、ずっとマッサージして下さったり、その時は余裕がなかったですが、終わってからスタッフの方たちはすごいつつと思いました。そして最後頭がみえる頃はなかなか出ず、情けないですが、もうえらいと諦めかけてる時も先生・スタッフの方々・主人みんな励ましの言葉をずっと最後までかけて頂き、無事産む事ができました。なので、これから出産される方、不安に思ってるなら大丈夫です。私も不安でいっぱいでしたが、もう一人産みたいと思いました。産んでないですけど、主人ももう一度産むならヤナセさんでと言ってます。（笑）

先生・スタッフの方々ほんとうにありがとうございます。

2004年4月ご出産 「

3/30の夜、自分では陣痛と思つてなく、只お腹を壊したと思い、トイレとの往復でした。でも何度行つても出るわけがありませんよね。それは陣痛なんだから…。それでも自分は予定日が4/6まだまだ1週間もあるし、31日は診察日と旦那と話しながら寝る事にしました。夕寝をした事もあり、中々寝つけずお腹の痛みも間隔がどんどん短くジリジリ強くなり、旦那が時計を気にするはめに…。最後には病院に行くから服替えてと言われる始末でした。病院につく時間は、もう31日だねと案外リラックスしながらも運転手の旦那はあせっていました。ついでからは初産とは思えない進みで子宮口

もどんどん広がってくれました。後々言われたことですが、陣痛でイタイイタイとさけんでは寝るの繰り返しだったそうです。スタッフの伊藤さんにもう少ししたら和のLDRにと言われた時にもわがまを言い、洋にムリムリ調整してもらい、LDRでも高野婦長を蹴る始末、先生が来た時も何を言われてもイタイイタイと…。迷惑をかけたばなしで。そんなママから早く出たいと思つたのか、夜中から始まったお産も8:12に無事、2750gの男の子と共に終了。今まで友達に色々聞いていたけど、始めて見る我が子は、そんなにシワシワでもなかったもので以外にも驚きでした。正直出てきてくれたからはなんだけど、年度末に…。4/2ぐらいまでいってほしかったなっていう気持ちと共にありがとう*
最後になりましたが、先生、婦長、そしてスタッフのみなさん、ありがとうございました。これからも宜しくお

願います。

4月2日の午後3時ぐらいの痛みが目がさめ、午前5時から10分間隔の陣痛がきたので、すぐに入院。それから12時間の痛みにたえ、無事に女の子を出産しました。

途中、何度も『もーダメ』と思ったけど、ズーと私の足や腰をさすって汗をかきながらやってる看護婦さんを見たら、『私もがんばらなくっちゃ』って。本当に看護婦さんたちには感謝です。そして、最後の最後まで私を勇気づけながらがんばってくれた香先生、高野婦長、奥村さんには本当に感謝感謝です。この子が大きくなったらぜったにこの感激した出産内容を話しようと思いません。

出産後思うのは、こんな痛みはぜったに『もーイヤ』って思うけど、産んだ後の爽快感や感動は産んだママにしか体験できないことだから、これから出産するママは不安だろうけど、がんばって！！ファイトです。

エピソードを書こうと思いましたが、出産までに行つてよかったと思うことをまとめます。

(その1) 産休は季節はずれの大そうじ
ワーキングママをめざす方も多いと思うのですが、私は産休に入ったとたん、これまで仕事にあてていた時間をどうしようかと一時期ボーとしてしまいました。でも、“いつ出産になっても、誰がかけつけてもいいように”と家中をきれいにすることを心がけました。フローリン

グの雑巾掛けは、ダイエットにもなり、アロマオイルを使ってそうじをすると防臭、そしてそうじをしながらリラックスできます。

(その2) TVよりもラジオの生活

ラジオはイマジネーションのメディアで想像力をかきたてます。聴きながら家事もできるので、TVを見ている時よりも体が動かすことができます。

(その3) ウォーキング、リュックサックを背負って買い物！

家から35分のスーパーまでリュックサックを背負って買い物に行っていました。リュックサックを背負うことで姿勢とバランスがよくなり（よいバランスを保つことができません。また、レジ袋を断って、地球環境へも

貢献。エコポイントをためていくこともできます。買い物はリュックに自分が背負える分を考えてするので、家計も助かります。

(その4) 規則正しい生活を！

実は、職業がら不規則になりがちだったので、この状態を戻すのが苦労しました。ストロベリーダイアリーを読んで、病院での入院生活と同じ食事時間を実践しました。

(これも産休に入ってやっと実践できたので、ふだんからできる方はなるべく早めに入院生活にリズムを合わせる方がいいかもしれません。) 規則正しい生活で、便び気味だったのが改善され毎食後出るようになったのには、非常に驚きました。

(その5) 止まらない食欲は。パーミントで！

体重増加の原因は“ストレスによる間食”ということに
気付き、ワラをもすがる思いでアロマセラピーを实践。
どうせなら病院で使っているものを安心して使いた
いと思ひ購入しました。(病院で買えますよ！詳細は高野
婦長さんへ。)

ペパーミント浴で、深呼吸をしていると間食や甘いもの
を食べたい欲求が自然とおさえられました。私の楽しみ
は、ペパーミントの香の中で読書することでした。

(その6) 鼻から吸って吐いて…

ヨガやマタニティビクスに通って、呼吸法を習得するの
はとってもおすすすめです。日常の中で呼吸というものを
意識することが少ないので、やはり百聞は一見にしかず、
一度はサークルに足を運んでみてはどうでしょうか？
どちらも2回ずつしかいけませんでしたが、家でも実践

することで習得することができると思っています。せっかく
お金を払って参加するのだから、何かを得たい！と思っ
ていくと、2倍も3倍も楽しくなるのがサークルだと思
います。

(その7) 苦しいところでいかにリラックスするか

スポ根アニメ、ドラマでは、“苦しい時ほど歯をくいし
ばる”というセリフが出てきますが、お産は苦しいとこ
ろでいかに力を抜けるか、リラックスするかが重要だと
思いました。アロマや呼吸法はリラックスの手助けとな
ると思います。

(所見) 初めての出産で、不安なことたくさんあり、
周りの人の意見もそれぞれ異なりました。いったいどれ
が正解？！と思うこともありましたが、今となってはど

れも正解で答えは1つではないのだと思います。今回の
お産で出産することがなければ知らなかった世界、出会
えなかった人々と知り合うことができました。我が子が
私にこのような経験をプレゼントしてくれたので、今度
は私が我が子に恩返しする番だと思います。どうもあり
がとうございました。私が大変よい経験ができたので、
これから私のいとこや後輩がうらやましがって、“私も
ヤナセに！！”という人が出て来ると思います。その時
はよろしくお願いします。

その日は風邪ぎみで咳がひどかったので早めに眠るこ
とにしました。AM2:00頃、咳で目を覚まし苦しん
でいたら、咳と一緒に破水してしまいました。予定日よ
り11日早かったけど、少しづつおなかも痛くなってきた

たので、ヤナセさんへTEL。AM3:10入院に…

1人目の出産は微弱陣痛で24時間苦しんだので、とに
かく早く産まれて欲しいと願ってました。希望どうり急
激に陣痛が強くなり、入院から2時間後産まれてきてく
れました。早く産まれてきてくれた喜びを感じながら、
胎盤を出してもらっていたら、また陣痛よりひどい痛み
がおそってきて、頭がパニックになってしまい、ジタバ
タ暴れ、叫びまくっていたら「手術室へ移るわなー」っ
て言われたんで、何が何だかさっぱりわからないまま痛
みと戦っていたら、今度は「三重大へ行くでなー」って
言われ、またまたパニックに… がまんできないくらい
痛くて辛くて… 幸子先生に手をにぎってもらいな
ら救急車で三重大へ… だんだん意識が遠くなり変を
夢をいっぱい見ていた。うまく処置をしていたみたい
たいで、目を開けた時、1人目でお世話になった

先生や助産婦さんがいてくれたのでとても安心した。

(うれしかった)

後で話を聞いたら、子宮内反症といって、子宮がひっくり返ってしまったらしい。普通のお産ではめったに起こることではないらしく、「ここ10年間三重県であなた1人じゃない？」なんて言われ、とても貴重(?)な体験をしてしまったらしいです××× そうなった人の大半が子宮摘出することが多いらしく、私はうまく戻していたみたいで幸せでした。出血もひどく体の2/3以上の血液が流れてしまって、もう少し遅かったら命もなかったと聞かされた時は、本ト驚きました。輸血と点滴のせいか頭痛もひどく、4〜5日むくみで体中パンパンだったけど、6日後にはヤナセさんに戻ってくることができ、赤ちゃんも私が三重大でお世話になっていく間、スタッフのみなさんが大切に育てて下さり、感謝

しています。今回のことでみなさんにご心配もかけましたが、たくさんの方(三重大とヤナセさんのスタッフのみなさん、家族)の優しさにふれる事ができて、幸せに思っています。本トにありがとうございます。

p s : アロママッサージ最高に気持ちよかったです。ありがとうございます。

今回は6年ぶり2度目の… それもなんと双子の出産となりました。

お腹の中にもう少し入っていて欲しかったのですが、3週目となる4月4日朝に破水。すぐに電話して病院に8時すぎに到着後、陣痛がジワジワと始まってきました。自然分娩を希望していましたが、エコーで双子の位置を

確認したところ、1人が横を向いていて立体交差をしているような形だったので、悩んだ末、経膣分娩はあきらめて安全策をとって帝王切開することにしました。いきなりお腹を切ることになり、緊張して涙がでてきましたが、先生をはじめスタッフの皆さんの温かい進行のおかげで徐々にリラックスしていくことができました。私
が今までイメージしていた帝王切開とは全く逆で、OP
E室ではヒーリングミュージックを流してくれたり、ず
っと手を握っていてくれたり、痛い背中からの麻酔も励
ましてくれて、だいぶ痛いながらも心が和んできました。
そしてとうとう執刀。麻酔は部分的に効いていたもの
痛かった！（切られる時はチクツとしたくらいだったけ
ど、その後が…）でも、双子が誕生する時は、子宮から
引っ張り出されてポンと出てきたのが分かり、この瞬間
の頃は私の心の中でも海をイメージしていて、ザーツと

波が引く時に2人が出てきたので、スゴイ感動でした。
その後は、更に痛かったり戻ったりと大変でしたが、本
当に先生やスタッフの皆さんのお陰でアットホームな
帝王切開で、いいお産だったと満足しています。勿論、
双子も五体満足で元気な産声と共にパパとママとお兄
ちゃんの世界に出てきてくれたし、母体も順調に回
復してきています。予想どおり元気な男の子の双子でし
たが、今は別々この小さな2つの命に感動と幸せでいっ
ぱいです。そして妊娠中から支えてくれた全ての人々に
感謝！ありがとうございます！！

妊娠中期の頃からポーンちゃんは逆子で、私は産まれる
までには治るだろうと軽く考えていました。後期に入る

頃、逆子体操の指示があり毎日していました。でも、胎動がいつもおへそより下の方で、検診でももらっても治っていませんでした。34Wの時、外回転術をうけました。NST・点滴をし、先生に恥骨のところをぐいぐい押され、力を入れてはいけないと思っても力が入り、痛くて冷や汗と涙が出ていました。2回してもらったけど、結局ボーンちゃんは回る事がなく、その日主人と帝王切開の説明を聞き、4/8にOPE決定しました。OPEが決定してからは帝切で産んだ友達に話を聞きまくりました。4/7に入院しOPE前の検査、処置などを済ませ、4/8ボーンちゃんの誕生日を迎えました。午後、腰からの麻酔をし、OPE室へ移動、OPEが始まりました。私はなぜか目をつぶり、歯をくいしばっていました。看護婦さんの「産まれたよー」の声で目を開けると、ボーンちゃんは「ギャーギャー」産声をあげて

いました。すごい感動する自分を想像していたのに、実際は産まれたんだぐらいでした。縫合終了し、ロビーで主人を見た時に涙があふれてきました。「大丈夫」って声をかけられLDR室へ入りました。夕方ぐらいに麻酔がきれて、傷の痛みが出て、痛み止めの注射、夜中には坐薬を入れてもらい寝れない時間を過ごしていたのに、主人は隣りで爆睡していました。次の日のお昼、自分の部屋に帰るため、車イスに乗るのに傷が痛いし動けなくて大変でした。

「あーずっとこのままだったらどうなるんだろう」とか、「こんなに痛いのには治るのか」って考えながら自分のベツトに横になりました。そして少ししたら、「ベツトが硬いから寝れない」とか、「体が横にむけれない」など、主人に文句を言っていました。術後2日目の朝、ベツトサイドへ坐る事ができ、WCまでも歩けました。尿管も抜

去してもらい自由になり、ご飯もおも湯だけどおいしく食べれました。そして術後5日目の今日、私は元気モリモリです。傷は少し痛いけど、大丈夫です。

ポーンちゃんもお昼は一緒にいます。飲ませるのは下手だけどお乳だって沢山です。これから帝切をするお母さん、OPEは恐いし、嫌だけど頑張ってください。先生、看護婦さん、主人のおかげで私も乗り越えました。みなさんありがとうございます。

最後にポーンちゃん、健康で優しい子に育ってね。ママとパパは協力してポーンちゃんを幸せにするね。早く大きくなってキャンプにスノーボード楽しい事いっぱいしようね。ではでは。

切迫早産で18日間入院を経験しました。精神的にしんどい中、幸子先生をはじめスタッフのみなさんのあたたかい励ましのおかげで乗り切る事ができました。一時退院後、改めて出産になりました。和LDRで、夫・子(2歳)に立ち会ってもらって出産する事が希望だったので、時間的な事もあるし、半分はあきらめていました。ところが、おなかの子が考えてくれたのか、夫が仕事を切りあげて、子どもが昼寝を終えて… という全て順調な時間に陣痛が進んでくれました。本当に痛くなるまでは、夫が私の呼吸に合わせて腰をぐーっと押してくれたので、ギリギリまで病室で子どもと一緒に過ごせました。和LDRに入ってから、高野婦長サンにすさってもらい、呼吸を導いてもらい、そのまま出産。腰痛が悩みだったので、横向きスタイルでうなっていました。みなさんの励ましの声が聞こえるんだけど、思い通りにできない

場面もありました。でも、本当にみなさんが一生懸命にアドバイスをしてくれたので、がんばれました。子どもが陣痛の合間、私にお茶を飲ませてくれた事は痛い中でも感動でした。ずっと正座で神妙に（恐がったり泣いたりせずに）そばで見守っていてくれた事を後から知って、涙が出ました。こんなに幸せなお産ができたのも、本当にスタッフのみなさんのおかげです。幸子先生、高野婦長、梅原サン、おっぱいをずっとマッサージしてくれた山口さん、みなさんにも感謝の気持ちでいっっぱい＊＊本当にありがとうございます。

こんなに幸せなお産で産まれてきてくれた事を、いつかわが子に話せる日を楽しみにしています。

私のお産の始まりは予定日より40日も前で、仕事中に大量出血してしまいパニック状態で病院にたどり着き

ました。切迫早産になるかもしれないということで、そのまま入院。赤ちゃんは元気ということで安心はしましたが、予定がすべて変わってきてしまいました。一度退院してからも、毎日「いつかなあ…」と思って過ごしていました。週数が進につれて、不安よりも「早く赤ちゃん会いたい！」という気持ちが強くなってきました。異変があったのは、4/19夜。前日から少し出血もあり、少し注意していました。夜中3:00ごろ、犬の鳴き声で起きてトイレに行き、ベットに戻ったら足のつけ根のあたりがいたくなりました。朝、起きてもまだ痛かったので、痛みの間かくをはかってみたら、7分くらいでした。もし違ったら帰ってこれば良いから…と思い、病院へ電話をして行きました。内診してもらったら「6、7cm子宮口がひらいているよ」と言われ、「やつと会える！」ととってもうれしくなりました。それからす

ぐに痛みが長くなり、LDR和室で出産することを決め、主人にしがみついて「う〜」とうなって何がなんだかわからないうちに、出産していました。すごく長く感じられた時間は、数十分くらいの超安産でした。ずっと近くに主人がいてくれて、そして前の入院でスタッフの皆さんも知っていたという安心につつまれた出産だったと思います！長い道のりでしたが、無事うまれてくれて本当によかったです。先生、スタッフの皆様、長い期間本当にお世話になり、ありがとうございます！！感謝の気持ちでいっぱいです。

*H16. 4. 29 (木・祝) AM9:05 282
5gの男の子を出産しました*

このヤナセクリニックには妊娠7ヶ月よりお世話になりました。途中で転院する事に不安を感じていましたが、ここでは全く問題なく安心して出産を迎える事が出来ました。

予定日が5. 22だったので3週間程早い出産となりました。

陣痛はもちろん痛かったけど、6時間弱の安産で済みました。ーが大変なのはこれから。パパマクラスも受講できなかったなので、赤ちゃんのお世話がきちんと出来るのか心配でたまりませんでした。でも、院長先生をはじめスタッフの方が毎日サポートしてくれたので、とても気楽に子育てできた1週間だったと思います。(家に帰ってからの心配ですが)

もちろん、陣痛で苦しんでわがまま言いたい放題の私でも温かく見守ってくれた旦那や家族にも感謝の気持ち

でいっぱいです。改めて大事な人達なんだと思いました。これから出産を迎えるママ達も今は不安が多いと思います。でもなんとかなります！！頑張ってくださいネ！

初めての出産で妊娠中特にトラブルもなく、周りの人からも本当に妊婦なの？と言われるほど出産1カ月前まで仕事をし、普通に生活してきました。予定日は4/26で前日になっても特別変わりなく、まだ赤ちゃんがおなかの中でけったり動いたりしてて、予定日は絶対すぎると思っていました。予定日当日、朝起きたら少しおなかが痛くなって、家事もしてたりしたけどおなかの痛みが15〜20分間かくでやってきて、病院にTELする

と、来て下さいとのこと、昼11時に病院に行きました。診察してもらおうと子宮口が4.5センチひらいているとのことで入院しました。LDRに入って、アロマバスに入ると陣痛がタイミングよくすすむかもと看護婦に言われ、出た途端、痛みは早まりました。自分にもあまり余裕がなく陣痛の早いスピードにドキドキでした。入院してから約2時間少しの出産でした。途中看護婦さんがおなかや背中をさすってくれたり、先生や他のスタッフの方の励ましで、私自身かなり痛くて辛かったのですが、気持ちの中でリラックスして産むことができました。出産する喜びがこんなにすばらしいとは経験して初めて感じました。出産に立ち合った夫もおもわず感動して涙したそうです。これからが始まりでたいへんですが、子育てライフをエンジョイできるようにしていきたいです。

2004年5月ご出産

予定日を4日過ぎた、5/1夜7時41分やっとやっとわが子と対面できました。これ程までに感動するとは：私は2度の流産を経験し、私には子供は無理なのかなあと少し思い初めていた頃、ヤナセクリニックスを知り、幸子先生と出会い、色々している間に妊娠が発覚しました。妊娠してからはつわりもひどく、(以前流産の経験があった為)自宅安静etc、色々ありましたが、我が子を見ると本当に忘れてしまいます。微弱陣痛だった為、結局最後は促進剤を使って頂き、何と33時間もかかりましたが、無事出産する事ができました。その間にも2回もアロマバスに入れてもらったり、つら

い時はマッサージをしてくれたり、色々声をかけて下さったり、本当にここで出産できた事、良かったと思つてます。出産に携わってくれた幸子先生をはじめ、高野婦長さん、その他のスタッフの皆様にかくさん感謝したい気持ちで一杯です。もし2人目を授かった時も、是非ここでお世話になりたいです。あとこの場をかりて、パパにも大感謝です、あと母と妹にも感謝しています。我が息子へは、生まれてきてくれてありがとう！！

予定日より1カ月も早い出産でしたが、予想以上に元気な赤ちゃんが生まれて来てくれて、本当に嬉しかったです。無事に赤ちゃんが産めたのも、柳瀬先生をはじめ、助産師さん、看護師さんのおかげです。ありがとうございます

います。出産の前日におしるしのような出血がありました。予定期日まで1カ月もあり、のんびり家で休んでました。次の日、腰や足のつけ根が定期的に痛くなり、夕方には痛みがくる間隔がほとんどなく、病院にかけ込みました。後から、あれが陣痛だったんだなあ〜としみじみ思いました。

病院に来て、内診を受けた結果、子宮口が全開であることが判明！！私は驚きましたが、助産師さんの「もういさんでいいよ」という言葉に安心し、落ち着いて分娩台に上がれました。

分娩台にあがってからも、先生や助産師さんがかけてくれる励ましの言葉で、すごく安心することができ、リズム良くいきむことができました。アロマオイルによるマッサージでもリラククスできて、気持ち良かったです。何よりもがんばらなければという気にさせたのは、赤ち

やんの心臓の音です。いきんだ後、赤ちゃんの心拍が乱れるのを聴いて、私が落ち着いてしっかりしないとという気持ちになりました。

先生、助産師さん、そして主人の助けを受け、無事赤ちゃんのうぶ声を聴いたとき、とても嬉しかったです。これからは、赤ちゃんと一緒に大きく成長していきたいと思えます。

先生、助産師さん、看護婦さん、本当にありがとうございました。

私が自分の妊娠を知って、まず思ったのは、ポジティブなことではなく、「どうしよう、怖い…」でした。そんな私がヤナセクリニックに通うにつれて、不安な気持ち

が遠のいていきました。1にも2にも院長先生のおかげです。

里帰りで、ダンナに立ち合って欲しかった私は、毎日おなかに「陣痛は、お父さんが来てからネ！」と語りかけていました。幸い予定日がGWだったので、到着した夜に「いつ出てきてもいいよ」なんて話かけていたら、30分後、ん?!いつもの痛み…?そんな事を1人で考えていた私がバカでした。今思うと、どう考えもかなりの痛みです。

病院に着いた時には子宮口全開でしたが、意外と冷静だったのを覚えています。呼吸法も何も練習していませんでしたが、スタッフの方の言うとおりに従うだけに集中し、1時間後3175gの男の子が生まれました。

アロマオイルの腰のマッサージは本トに効きますヨ!!!アロマバスも楽しみにしていましたが、きつとり

ラックスできるものだと思います。

院長先生、高野婦長、伊藤さんのおかげで本トに前向きにお産を受け入れる事ができ、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す。

最後に進んで立ち合ってくれ、私の痛みを心で感じてくれたダンナにも感謝です。

妊娠初期から早くもお腹がよく張り、早く産まれるかもと心配していましたが、39週まで無事もちこたえ、実家でおっぱいマッサージをしている際に「パン」という音とともに破水が起きました。深夜0時に入院、2時間後には5分間隔の陣痛が始まり、子宮口も開き始め昼ぐらいには出産かも、と言われる程順調な開始でした。

しかし、その後子宮口はゆっくりしか開かず、胎ほうの破水もおきず、おまけに陣痛の間隔も広くなっていき、時間ばかりが経過していきました。翌日から寝ていない上に、すでに19時間もう気力も限界の頃、陣痛を強める点滴をして頂き、赤ちゃんを骨盤に下げる「いきみ」までくれました。妊娠中から「いきむ」ってどういう事？

って思っていただけに、どこに力を入れるのか、どういう呼吸でどのタイミングでと疑問ばかりで、最初はうまくいきめませんでした。助産婦さんや看護婦さんのすごい分りやすい説明や、「今トイレできばる感じ、トイレでいきんでこよう」などと連れていってください、時間はかかったけど、赤ちゃんもやっと下へおりてくれて、翌日の早朝に元気な産声を聞くことができました。妊娠前から経産婦の人たちにいると聞いていた事より、実際はもつともつと苦しく、生きていてこんなに

力を入れたり、叫んだ事は初めてでした。でも病院のスタッフの方々がいてくれて、私の出産に必死に応援、協力して頂き本当に心強く感謝してます。ありがとうございます。お産はすごく辛いけど、赤ちゃんは私たち夫婦への最高のプレゼントです。

5/3深夜に(3:00頃)おしるしがきました。でも陣痛はなくて、次の日5/4の夜(10:00頃)から生理痛のごく軽いのがきました。5/5の朝(5:00頃)5分間隔で陣痛かなと思うような痛みが始まりましたが、その時の痛みも自分で病院に歩いていけそうなく

らしいのもでした。そしたら私は人より陣痛が弱かった
ようで、子宮口も3cmしかひらいてなく、「自然分娩
するなら運動してネッ」と言われ、1時間歩いたり、階
段を上り下りしたり、スクワットしたり、又アロマバス
で1時間ゆつくり入ってみましたでしたが、それでも
子宮口は1cmほどしかひらかず、4cmの子宮口から
なかなか動きがなくて、「私の子は、のんびり屋さんや
なあー」と思いながらいると、陣痛はなかなかこなかっ
たのに、先にすこしの破水ができてしまい、とうとう
“赤ちゃんが弱くなってくるといけないので”というこ
とで陣痛を促す点滴を5/7 14:00頃にうつこと
になりました。そしたらどうでしょう、2時間ほどで点
滴がききはじめたと思ったら、腰がわれるような痛み、
肛門がおされるような痛みが1分〜30秒ごとにつづ
き、もうきばりたくなって、きばったら滝のような破水

がでて子宮口もあつというまに6〜7 8〜9cmと
ひらいていき、点滴をうってから3時間で分娩がはじま
ってビックリでした。(運動したのはなんだったの?)

よく赤ちゃんを産む時の痛みは、鼻の穴からスイカがで
てくる感じなんて言うけど、そんないたさはなく、とに
かく腰がわれそうな痛みがつぎきました。赤ちゃんいつ
頭がでたのって感じでした。後、きばる時はかなり体力
がいました。あー腹筋がもつとあればと思ったほどで
す。陣痛さえのりこえたらほかの痛み気になりません。

子宮口が7cmの時に入院となり、すぐにアロマバスに
入りました。普段からお風呂好きなので、アロマバスは
前から絶対破水する前に入りたいと思っていました。い

ざ入ってみると、陣痛の痛みもお風呂だとちよつとは楽に感じられてすごく良かったです。けれど、出ようと思
い出たけど、すぐに痛さが来るとお湯に戻ってしまいな
かなか出られず、最後には立ち合いの主人に力をかして
もらい出られました。この時は本当に立ち合いしてもら
って良かったーと主人に感謝の気持ちでいっぱいでは
し

た。(主人は私の普通じゃない様子にクラクラッと貧血
になりかけたそうです。) 出た時は10cm全開で、そ
こからはスタッフのみなさんと主人にいろいろ声をか
けてもらい、あまりうまくいきめなかったけど、みんな
のかけ声を聞いてなんとか出産できました。へその緒を
3重にまいて出てきた子はまっ白でしたが、産声を聞いて
安心し、しかもすっごくかわいく思いました。やっぱ
り我が子はかわいい!!と…。入院中も病室でわからな
い事、初めての事でどうして良いか迷ったときは、夜中

でもみなさん親切に対応してくれて、本当に感謝の気持
ちでいっぱいです。おっぱいもみなさんすごく気にか
けてくれて、痛い痛いおっぱいマッサージも乗り越えて、
なんとか母乳が出るようになりました。先生、スタッフ
のみなさん、本当にありがとうございました。

初めての出産だったんだけど、私は妊娠5カ月くらいで
胎動があり、それからずーっとヨク動いていたので、予
定日より早く産まれてくるかと思っていました。だけ
ど、予定日を過ぎてても産まれてくる気配は全くなく、赤
ちゃんはずます動いて寝不足が続く、おなかは苦しく
なってきたので、早く産まれるように入院を考えてい
ました。予定日から6日たった朝5:00、破水にして
はかなり少ないが、水っぱいのが出てきて心配になりT

ELして9：00に検診してもらいました。その時、子宮口3cmでした。何も異常なく帰って普段通り過ごしていました。18：00頃から少しおなかが痛くなつて横になってたんだけど、22：00頃からは15分おき・10分おきになり… 5分おきになってからヤナセにTELして見てもらったら子宮口が7・8cmで入院。陣痛から出産まで約7時間（陣痛から破水までがすごく長く感じた）かかったみたいだけど、赤ちゃんを見たら痛みなんて分かりませんでした。産まれた時は、本当に産んだんだ↓嬉しいと涙が出ました。ずっとお尻をさすって励ましてくれた助産婦さん、朝早かったのに赤ちゃんをとりあげてくれた幸子先生、本当にありがとうございます。

今回が初めてのお産でした。

予定日の4/17がちょうど検診の日でしたが、まだ生まれる様子がなく、1週間様子を見ることになりました。その日の夕方、「なんか少し痛いかも…」と軽い痛みは感じたものの、おしるしもなく、お腹の中の赤ちゃんもよく動いていたので、まだもう少し先だろうと思っていました。夜中になって痛みが10分間隔になったので、「これは陣痛だ！」と思い、P a p aを起すと、「冷えたんやぞ、トイレに行ったら治る」「陣痛はもっと痛い」（経験したこともないのに）と全く相手にしてくれません。朝まで待っても痛みが続いていたので、ヤナセクリニックに電話をして行きました。弱い痛みだったので、もしかしたら帰ることになるかもという状況でしたが、お昼に出血があり、そのまま入院することに。だんだん陣痛もUPしてきて想像以上の痛み不安と緊張

でいっぱいでしたが、時々スタッフの皆さんが様子を見
にきてくれて、マッサージをしてくれたり、励ましの言
葉をかけてくれたので、乗り切ることが出来ました。ア
ロマバスもリラククスできてよかったです。お産は長く、
痛くて大変でしたが、無事赤ちゃんが生まれてきてくれ
た時はとても感激しました。

幸子先生、スタッフの皆さん本当にありがとうございますま
した。

出産予定日は2004年5月18日でしたが、5月15
日が出産日となりました。

初産は予定日から遅れるケースが多いと周囲から言わ
れ、のん気に過ごしていた私…。

5月14日の朝6時半頃、生理痛のような痛みで目覚め
ました。でも、我慢できる痛さだったので、午前中は散
歩したり、お昼寝したりいつもの様に過ごしていまし

た。その日の午後5時から検診だったので、もしかした
ら今日から入院?!と期待して診察を受けましたが、子
宮口は2cm開いているが、お腹の張りが弱く、おしる
しもなかった為、一端帰宅。夕飯を食べ、お風呂も入っ
て入院準備の確認までしましたが、どのぐらいいお腹が痛
くなった時に病院へ行けばいいのか分からず、結局5月
15日の0時過ぎにおしるしがあり、病院へ0時30分
に内診を受けたけど、まだ子宮口が2cmと言われ、「ま
だまだか…」と思っていたら、陣痛の間隔がどんどん短
くなり、アロマバスにも5秒しか入れず、あつという間
に子宮口全開、40分後に赤ちゃんが誕生しました。柳
瀬先生、婦長さん、看護婦さんの迅速な対応と励まし
のおかげです。本当に感謝の気持ちでいっぱいです。あり
がとうございました。

今回は2人目の出産でお世話になりました。

実家の事情、上の子の事、色々考えると里帰りしないほうが良いのではないかと随分悩みましたが、どうしてもヤナセクリニックで出産がしくて里帰りしました。

1人目の時は、陣痛に気付くのが遅くLDR室の良さを味わえなかったので、今回は：そう思っていたのですが、今回も気付くのが遅くあつという間に進行して出産してしまいました。

母と上の子がLDR室へ入ったのですが、数時間も上の子が居ることは無理だろうと一時帰宅。来た時にはすでに産まれていて、何も知らずにLDR室へ入ってきた母はすごく驚いていました。上の子の時は永遠に続くと思われた十数時間の事が、数分、数十分単位で進んでいくので自分でも驚いてしまいました。

主人には、前回は台風のため交通機関がストップしてし

まい来ることができなかったもので、今回はぜひ立ちあいを希望。主人も恐々了承。立ちあってもらうことを楽しみにと言ったら変ですが、楽しみにしてたんです。主人も出産がどれだけ大変なことか、十分理解してくれているのですが、実際経験する、しないのでは全然ちがうと思っただけです。また人生の中できつともすばらしい経験の1つになると思っただけから希望したのですが、私の出産の進みがあまりにも早く、間に合わずとても残念です。1人であつという間に終わってしまった出産でしたが、短くても出産は出産。陣痛はとも痛かったし、とても心細かったです。人一倍痛みに弱く、自分に甘い性格なので、がんばれ2と叫びながら1人がんばりました。そんな中、柳瀬先生と看護婦の方の存在はとても大きく、はげましの言葉はとても力強く、お2人の存在はげまし、指導のおかですて出産できたと思っています。

本当にありがとうございました。

産まれてきた子は、私にとっては待望の女の子。五体満足、無事元気に産まれてきてくれた、それだけで十分です。それが一番の願いだっただけで、まだ多くは望んでいませんが、一つあげるとしたら、人の心の痛みがわかる優しい子になってくれればと願っています。

最後に色々と悩みましたが、里帰りしてヤナセクリニックで出産できてよかったと思います。本当にすばらしい病院だと思います。ありがとうございました。

5月14日 PM 7:52 2845グラム 46.2

c mの女の子を出産しました。

予定日より5日遅れの出産、早く会いたい気持ちと出産

への不安とでふくぎつな気持ちで誕生の瞬間を待ちわびていました。5月12日の夜から何となくお腹がはって痛いような…とおもいながらも普通にすごしていましたが、13日の夕方くらいから少しずつ痛みが強くなってきて、夜10時すぎ出血。これがおしるしってやつかなアと思い、病院にTELして夜中に入院。どんどん痛みはつよくなってきたけど、まだまだ生まれる気配はなくひたすら痛みを耐え続け、夕方やっと6cm→7cmひらいているとのこと。が、そこから痛くて痛くて…。LDRに移り家族やスタッフの方々にはげまされ、途中何度も痛みのあまり、「もうダメ」とおもいましたが、無事出産することができました。生まれた我が子をみたときは、さっきまでの痛みを忘れるくらい感動しました。お世話になった先生、スタッフの方々本当にありがとうございました。

LDRの和室は特に希望していたわけではなかったけど、実際出産してみても良かったナと思いました。

今回は2度目のお産でした。(上の子は、男の子で今春幼稚園生になった4才です。)ヤナセクリニックでの出産は初めてです。出産予定日は5月10日でしたが、陣痛は来ぬまま、14日(金)に検診して頂き、週末中に陣痛が始まらなければ17日(月)朝に誘発目的で入院することになっていました。結局16日(日)の夜になっても陣痛は来ず、明日はいよいよ入院だーと思い、11時すぎに寝ました。夜中の1時すぎトイレに起き、1時半ぐらいに急にお腹が痛くなってきました。痛みもはつきりしたもので、7分おきぐらいにやってくるので、あわてて病院へ電話をして、主人につきそってもらい、2時半に洋室LDRへ入りました。内診している間に陣

痛がどんどん進み、3時02分に子宮口全開、3時35分に出産と超スピード安産でした。身長49.6cm 体重3050gの元気な男の子でした。2度目とはいえ、こんなに早く産めるとはびっくりでした。(楽しみにしていたアロマバスは、用意はして頂いたけれど、入る間がなく残念でした。)スタッフの方々にはほんとうによくして頂き、リラックスして安心して出産ができました。発作のきつい時にははげまして頂き、いきむタイミングや呼吸もていねいにアドバイスしてもらって、上手にできました。主人はおへそまでカットさせてもらい、私もその様子が見ることができよかったです。ほんとうにありがとうございました。みなさんに助けて頂き、良いお産の思い出ができました。この感動と感謝の気持ちを忘れず、子育てにがんばっていききたいと思えます。

2004年5月20日（木）、夕方7：30頃にパパか

ら電話をもらった時には、「まだまだ産まれそうにないから、ビール飲んで寝ていいよ。」なんてのんきなことを言っていたのですが…。

8：12にはおしるしが…
そして8：20頃には4分間隔の陣痛が…。大雨の中、荷物をまとめて病院に着いたのがPM9：50頃。すでに歩くのも苦痛になり車イスでLDR室へ。

一人でパジャマに着替えることもできず、ベッドに上がろうとした瞬間、「パツンッ」という音と共に破水。ベッドに上がって2回ほどりきむとすでに頭が… 続いて体もするするとできて無事出産。その間、約8分。パパが間に合わず立ち合えなかったのは残念だったけど、五体満足の超安産でした。

（長女） 1人めの出産は、約32時間もかかったのに、2人めは2時間弱。「こんなにも違うものなの？」とい

う感じですよ。

でも陣痛が長く続き大変な出産も、進行が早く不安な出産も、ヤナセクリニックスのスタッフの皆様のおかげで無事、乗り切ることができました。どのような状況下でも、明るく優しく励まして下さった皆様、「子どもがほしい。」と思ってもなかなかできなかった私が、今ではこんなに可愛い（親バカ？）ベビー達2人のママになることができました。本当にありがとうございました。

書こうと思っていたことはいっぱいあり、どんな風に伝えようと思っていた出産当日から、あつという間に時間は過ぎて、退院日にあわてて書いています。

出産の喜び、自分の子どものかわいさ等々、日を増すご

とに増えるかと思ったら、昼夜かまわず泣き続ける我が子に、頼りない母親… 不安でどんどんブルーになっていきました。

そんななか、ほめてくれたり、叱ってくれたり、不安をわかってくれたりとスタッフの方々に何度も助けられました。「私のお産」を読んでよく、「ヤナセにしてよかったです」と言う気持ちを実感しました。

そして何と言っても幸子先生の“天使のような笑顔”と“大丈夫”という言葉に助けられ、妊娠中そして出産と乗り越えることができました。ありがとうございます。これからが大変だとは思いますが、このあたたかさを力にしつつ、がんばっていきましょうと思います。

友人の出産のお見舞いに訪れ、何の気なしに「私もここにしよう、キレイだし…」と訪れたヤナセクリニックでしたが、本当に「ヤナセクリニック」にしてよかったで

す。

今回二人目の出産でしたが、ヤナセクリニックで出産でき、本当によかったと思っています。一人目の出産は総合病院でした。私がヤナセクリニックを知ったきっかけは、まだ二人目の妊娠が発覚する前にインターネットのホームページでした。

アロマセラピーに力を入れてみえることにすごく興味を持ち、また女医さんということで二人目は是非ヤナセクリニックで出産できたらいいなあと思っていました。今回ヤナセクリニックには30週の頃に転院という形でお世話になることになりました。幸子先生は思っていた通り、とても優しい先生で、毎回いいねいな診察と優

しい笑顔や言葉がけにすごく安心感を持ちました。お腹の赤ちゃんは発育がよくて大きめということで10カ月に入ればいつ生まれてきてもいい状態だと言われている、予定日より3週間以上早く陣痛がきました。11時頃に入院し、軽い陣痛のまま夕方までは病室で過ごし、18時30分頃にLDRに移動しました。LDRの部屋はリラックスできる音楽をかけてもらってあったり、アロマが焚いてもらってあったりして、すごくいい雰囲気でした。

励みにもなりました。生まれてきた子は予定日よりずいぶん早かったのに、3キロを超えているとても元気な待望の女の子でした。ヤナセクリニックで出産できたことを本当によかったと思うし、幸子先生、高野婦長さん、また他のスタッフの皆さんには感謝の気持ちでいっぱいです。

陣痛の間に高野婦長さんや他のスタッフの方々にしていただいたアロママッサージがすごく気持ちよくて、陣痛の痛みがずいぶんやわらぎました。本格的な陣痛がきて、痛みのあまりパニックになってしまった私に幸子先生はじめ、高野婦長さんや他のスタッフの方々に優しい言葉がけをしてもらえたことが、すごく嬉しかったし、

2004年6月ご出産

今回2度目のお産でした。双児出産で帝王切開で産みま
した。上の子は普通分娩だったし、手術なんて初めて。
色々な体験談を聞きながらも最後まで自分の心には、“子供
が産まれてくる手術やし、無事産まれてきてね*うふつ
*”てな感じで、やたら冷静でほほえましい気持ちでし
た。が、日も時間も決めてわかつているので、当日はや
けにソワソワしてきました。でも、家族の人達が来てく
れてたので、色んな話をしていいうちに時間がやってき
きました。“さあ、行きましょう”と看護婦さん。“きいい
くやあああああ〜”“ドキっドキっ”。手術室に入った
らものすごく怖くなりました。心の中は心臓バクバ

クの“めっちゃんこわいつ、どおーしよお〜”の繰り返
返し。そんなとき、上の子を産んだ時から私の心の中で
母的存在の看護婦さんが、“大丈夫”と私の手を握って
くれました。ものすごく心に安心感がでてきて、最後ま
で手を握っていてくれて、やさしく話かけてきてくれた
りで、怖かったけど、その手の温もりのお陰で穏やかに
赤ちゃんが産まれ、ものすごく幸せな気持ちで赤ちゃん
を見る事ができました。やっぱりどんな産み方でも赤ち
ゃんが出た時はものすごく感動で、涙が出てきますね。
そして、院長先生は何を聞いても絶対不安になる事、余
計な事は言わないし、いつものあの笑顔を見ると心が安
らぎます。2回目ですが、院長先生に共なってスタッフ
の皆さんもいい方達ばかりで、ヤナセクリニツクでは本
当に安心してお産ができます。そして、温かい家族の皆
さん。子供が産まれるとゆう事はみんなの温かさをいっ

ばいもらえて、本当に幸せな事ですネ*こんな気持ちには母しか味わえない。お母さんになれるって素晴らしい事ですね。この双子ちゃんも絶対的に幸せにりっぱに生きていきます*

今回は2度目の出産でしたが、前回は破水から始まったため、陣痛がきた時「まだまだ痛みも弱いし、まだまだかなー」と思って病院に連絡したら、「経産婦さんですから入院の準備をして来て下さい」と言われ、診察を受けて4cm子宮口が開いていました。

9時に入院し、アロマバスに入ると陣痛も進み、10時半くらいには3〜4分間隔になり、和室のLDR室にて12時6分に無事長男を出産しました。リラックス出来

たおかげで、早く楽に産む事が出来嬉しかったです。アロマバスとアロママッサージは特におすすめです。ずっと出産まで付き添っていただき心づよかったです。ありがとうございました!!

又、母乳で悩んでいると優しく指導していただき、不安もなくなりました!本当にいろいろとありがとうございます。3人目が出来たらまたこちらで産みたいと思います!!

私の初めての出産は予定日を一日過ぎた日のAM3:30頃、7〜8分間隔の陣痛で目が覚めたところから始まりました。

トイレに行きたい感じで目が覚めたのに、トイレに行つ

ても何でもないし、おかしいなと思って痛みの間隔を計ってみると、7〜8分間隔。それでも破水疑惑と前駆陣痛で2度もフライングをしてしまった私は、それが陣痛だっていう確信がもてませんでした。そのうちに5分間隔になったので隣りで寝ているパパを起こして、AM 5:00頃ヤナセさんにTEL。入院して診てもらおうと、陣痛はまだ弱く、子宮口も2cmしか開いていなかった。ので病室で様子を見ることに。病室へはいつて1時間くらいで痛みはがんがん強くなり、間隔も短くなってきたので、AM 8:20LDR(洋)へ。LDRへ入ってすぐ、アロマバスに入らせてもらおうと痛みがとても楽になり、気持ちもリラックスできたので、結局2回もはいってしまいました。でも、その効果で痛みはどんどん強くなり、2cmしか開いてなかった子宮口も4〜8cm全開へとスムーズに開いていき、AM 11:00赤ちゃん

誕生!!途中、とっても痛くて、もームリと思ったけど、ずっとそばについてくれたパパ、お母さん、そしてどんなにわがままを言ってしまったって、腰をずっと押しつぶけてくれた福井さん、寺原さん。笑顔で励ましてくれた幸子先生、川口先生。本当に感謝でいっぱいです。2人目を産む時も、ぜひヤナセさんをお願いしたいと思います。ありがとうございます。

予定日が近づくにつれ、『早く出てください』が私と主人の思いでした。体重管理には特に気を付けていましたが、検診のたび、赤ちゃんの推定体重が増え、予定日の1週間前の検診で3500gを越えていたので入院し、陣痛

誘発するか検討することになりましたが、なるべく自然に思っていたので、予定日まで様子を見ることにしました。予定日になっても何の兆候もなかったので、入院かな?!と思っていた次の日の朝、おしるしがあり、とりあえずホツとしました。そしてその日の夕方くらいから陣痛がはじまり、様子を見ていましたが、大型の台風の接近もあり少し早めでしたが、入院することになりました。朝方になり陣痛もつよくなってきたので、LD R室に移り、スタッフの方に進められてアロマのお風呂に入りました。1時間半くらい入っていましたが、思う様に子宮口も開かず、主人に腰をさすってもらいながら陣痛に耐えています。2回目のアロマのお風呂に入ってから、子宮口もグングン開き全開になりました。いきんで赤ちゃんの頭が見えてきたけど、なかなか頭が出てこなくて主人の“もう少し”の言葉にはげまされ、いき

んでいきんでとにかく必至でした。

頭が出てきて、赤ちゃんの姿を目にした時の光景は、一生忘れられません。又、主人に立ち合ってもらい主人へその緒を切ってもらって安心と感動を味わいました。今回初めての出産で無事産むことが出来るか不安でしたが、主人の協力のもと無事生むことができ、とても満足しています。院長先生を初め、支えて下さったスタッフのみなさん、心から感謝しています。本当にありがとうございます。ごさいました。

— P S —

これから出産される方、“案ずるより産むが易し”
がんばって下さい。

6 / 19 18 : 00頃から「これが陣痛かな？」という兆候があったけれど、その日の朝におしるしが来たばかりだったから、もう少し先だろうナと思っていました。でも、20 : 00 ~ 23 : 30くらいまで様子を見ていても、10分間隔になっているし、TELをして、6 / 20、0時入院。その後、陣痛もだんだん強くなり、5時にLDR室へ。AM中には、産まれるだろうというこ

とで、予定日より8日早い出産にそなえることに…。子宮口が全開になってからは、いきんでも、いきんでもなかなか頭が出てくれなくて、「いつになったら出てきてくれるの?!」と思いたくなくなってしまった程…。

15 : 22に元気な産声をあげてくれた時には、涙が止まらなかった。

無事に産めた達成感と安心感が胸がいっぱいでした。もちろん、これに至るには、先生や看護婦さん、母、主人

のみんなが一つになって頑張ったからだと思います。心より感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございます。した。

我が子はホントに可愛い〜!!きつといろんな子育ての大変さもこれからあると思うけれど、絶対頑張れます。

予定日より2週間も早まった、私のお産の話をひとつ聞いて下さい。

初産の私は、赤ちゃんが授かった事がわかって、すぐに本を2冊買いました。その本に、お産のイメージが載っていて、暇があれば何度も読んでいました。もちろん、パパ・ママ教室で教わったこと、マザーズクラスで教わった事（特に婦長さんのお話で、骨盤と赤ちゃんの人形

をつかった、お産のイメージ、発露からいきみ方に気をつけて、会陰切開しないで済むようにする方法等、時々想像しながら、10ヶ月まで無事に過ごしてきました。お産の前日、台風が県外上陸を翌日に控えて、主人と「台風だから産まれてきたりして…」と話をしていました。何故ならば、今年の今頃、私の結婚式は5月にしてめずらしい大変大型な台風だったからです。そうこうしている内に夕食になり、市外まで外食に行く事になり、お店について席があくのを待とうとした時、おしっこではない何かが出たような感じ、すぐにトイレへ入りました。するとおしるしのようなものもあったので、すぐにお店をでて、病院に連絡をし、入院する事となりました。全然、痛みもなかったのです、次の日は帰宅かな？と思っていました。その晩は主人が付き添ってくれていたのですが、早朝すごい台風がやってきたと同時に、やっぱり陣

痛もやってきました。お昼には強風、強雨と共に陣痛もピークに…。主人と実母、立ち合いのもとお産となりました。強烈な陣痛にあわせていただいた、婦長さんのマッサージにより、なんとか発露までいき、婦長さんの「発露」という言葉と共に、「会陰切開にならない様に…」と先生、婦長さん、看護師さんの皆様の声を聞きながら、がんばりました。

最後になりましたが、先生、婦長さんはじめ、スタッフの皆様、本当にありがとうございました。

今回、2度目の出産でした。一度目が35才、今回40才でお産に望むということで、最初かなり不安が一杯でした。でも、通院し、幸子院長先生と会話するたび、その不安は取り除かれ、この10カ月間は精神的にとっても楽な日々でした。予定日より5日前、朝から弱い陣痛があったものの、子宮口がまだ1cmだからということ、

午前中1度病院から帰り家にいたところ、2回目の来院の時はもう子宮口全開、家族に励まされ入院後26分後には誕生という、超安産でした。

年齢はあまり関係ないものです。それよりも毎日の生活（よく動く）の方が大切なんだって実感しました。予想に反して2人目は3000g近くあり、1回目の夜から母乳も案外しっかり飲んでくれます。私自身、育児も2回目なので、楽な気持ちでこれから子育てしていきます。私自身、育児も2回目なので、楽な気持ちでこれから子育てしていきます。私自身、育児も2回目なので、楽な気持ちでこれから子育てしていきます。私自身、育児も2回目なので、楽な気持ちでこれから子育てしていきます。私自身、育児も2回目なので、楽な気持ちでこれから子育てしていきます。

我が家の待望の第2子は予定日2日前の6月30日、午前2時35分、50・5cm、3110gの元気な次男君でした。2人目とはいえ、人口破水&促進剤の力で陣痛を経験した事がなかったので、自然なものがどういうものなのか、いつ起こってくるのかドキドキしながら過ごしていました。予定日の1週間位前から陣痛らしきものが時々ありましたが、おさまっていききました。そんな中、29日の午後8時過ぎ、尿もれでない何か少しずつ出てきているのを感じました。病院へTELして入院準備をして向かうと、子宮口が5・6cmも開いていました。2人目は早いと聞いていたので、すぐに産まれるかと思いましたが、頭が下がってこず看護婦さんのアドバイスでLDRの椅子に座ったりしていると、強い陣痛がきたと思ったら、1時間弱で元気な産声を聞く事ができました。幸子先生をはじめ看護婦さん達には、1

人目に続き、お世話になり、ありがとうございました。

助産婦さん、看護師さん、大変だったと思います。本当にありがとうございました。

H 1 6 . 6 . 3 0 A M 1 1 : 5 4 3 1 5 0 g の元氣

な女の子が生まれました。前日の朝からお腹がカチカチに張っていて、何となく出産の日は近いのカナ？と感じていました。案の定、A M 2 : 0 0 ごろから規則的に生理痛のようなものがあり、A M 5 : 0 0 1 5 分間隔になり、ヤナセクリニックへ。L D R 洋室に入り、分娩台に上がって9分でお産でした。あまりの早さにびっくり。長女の時、破水から始まったお産だったため、入浴できなかつたアロマバスも楽しむことができず、少し残念でしたが、娘が健康に生まれてきてくれた、それだけで幸せいっぱいです。私が出産した日はラッシュユで、先生方、

今振り返ってみると、何だかあつさり予定日通り6月27日に出産し、順調だったなあという実感しかないのですが、1つ1つ薄れかけていた記憶をたどりながらこの「私のお産」を書いていくと、「えっ何かけっこう時間もかかったしそれに何とんでもなくさんの人の手を借りていたんだ！」ということを変更して思いました。病院のスタッフの皆様、そして家族の支えがなかったら、きっとこんなふうに順調な出産だったと思うことはなかつたでしょう。忘れかけていたことが申し訳なく思います。陣痛が始まったのは出産の3日前、その間は家族

にすごく迷惑をかけました。入院してからもまる1日陣痛は続き、スタッフの皆様に変え支えて頂きました。特に最後に破水し、子宮口が全開になってからは、LDR室でスタッフの皆様が体のいたるところをマッサージして下さり、たえ間なく励ましの声をかけ、アドバイスをして下さったり……。そういった私と赤ちゃんへの愛情、ぬくもりが体の痛みを和らげて気持ちを落ちつかせてくれました。今思い出すと涙が出てくるほどです。そしてこの激しい陣痛をのりこえ、皆様のお陰でこんなに可愛い赤ちゃんを出産することができました。先生をはじめスタッフの皆様、本当にありがとうございます。両家の両親も共に心より感謝しております。これから子育てに向けて不安なこともたくさんありますが、この出産を見守って下さった皆様が、私の心の大きな支えとなり、子育てへの励みとなります。「本当にヤ

ナセクリニクで出産できてよかったなあ〜！」こんな愛情一杯の中で生まれた赤ちゃんをこれからも夫と家族と共に更に愛情一杯に大切に育てていきます。本当に無事に生まれなくて良かったです。一時はベビちゃんの心拍が弱まってしまつて、きん急に帝王切開になるかもしれないからです。先生方、スタッフのみなさんが心配してくれて、私もベビちゃんの為にがんばらないといけないって思いました。その気持ちにベビちゃんに伝わったのか、心拍も戻ってくれて、そのまま自然分べんができました。この気持ちを忘れず大切に育てていきたいと思えます。最後に先生方、スタッフの方々、パパ、おばあちゃん、出産を応援してくれた方々、ありがとうございます。

今回は2人目のお産でした。1人目はちがう病院で産んだのですが、2人目はヤナセさんでお世話になりました。予定日まであと6日となった、6/30の朝、いつもとちがう痛みで目が覚めました。1人目の子の時はおしるしがあつてすぐ陣痛が来たのですが、今回はまったく前兆がなく弱めの陣痛から始まりました。病院へ連絡してすぐ向かいました。

自分の中でも、まだ余裕だったので、「まだまだだろう」と思いながら内診してもらうと、なんともう子宮口が8cmも開いていました。先生も「もう5階へ行って準備しているうちに産まれるかも」と言っていたので、今、普通に歩いている自分が一番びっくりしました。でもLDRに入って少したつと、ものすごい痛い陣痛が始まり、あつという間に全開になり、破水したとたん、4、5回

いきんで産まれました。病院について、1時間45分の超スピード安産でした。

3295gの元気な男の子の産声がLDRにひびきました。今回上の子は立ち合えなかったけど、だんなが立ち合ってくれたので心強かったです。

また、先生をはじめ、スタッフのみなさんの励ましがなによりでした。おかげで安産で、とてもいいお産が出来たと思います。入院中もすべての方々がやさしく接してくれて、本当にヤナセさんにしてよかったと思います。上の子の時は、ほとんど母乳がでなかったのですが、今回は赤ちゃんもがんばって吸ってくれて、少しずつ出てきているので、がんばって母乳でやっていきたいと思えます。本当にいいお産でした。ヤナセの先生、スタッフのみなさんありがとうございました！！

6月29日予定日ちようどの早朝、ついにやって来た!!
陣痛らしき痛みが：

今までの痛みと何か違うと思っていたら、“おしるし”
が。

入院の準備と心の準備をして病院へTel。その後、主人と一緒に病院に到着。内診の後、入院。まだ子宮口が2〜3cmぐらいだったので、マタニティビクスへ。けっこうハードだったけど、呼吸の仕方が分かって良かった。破水もまだしてなかったの、アロバスにも入らせてもらい、リラックス出来たし、陣痛の痛みも少し治まって来て、私自身気分的に落ち着けた感じがした。
夕方頃から段々痛みが増してきて、夜8：00に破水、それから陣痛が強くなってきて、グングン進んでいった。その時、看護婦さん達がずーっと付きっきりで腰にホッ

トバックをしてくれたり、マッサージをしてくれたり、すごく助けてもらいました。その甲斐もあり、6月30日AM0：19、無事、3055gの女の子を出産する事が出来ました。私が望んでいた、“最後にいいお産が出来た”と思えるお産が出来て良かったです。幸子先生、スタッフの皆さん本当にお世話になりました。ありがとうございました。

予定日の3週間前に出血があり、それまで順調でのほほくんとしていた私はあわてました。でも、それから陣痛が来ることもなく過ぎていったのですが、今度は毎日お腹がはったり、チクチク痛い：
引越しを控えていて、片付けをしなくてはならず、予定日までもって欲しいという気持ちと、後半になって、

吐き気、胸焼けに大変悩まされ（つわりは軽かったのに）この状態から早く解放されたいという気持ちが入り混じっていました。予定日の6日前また出血してしまいました。前のこともあるし…:と思っていたら10分毎にお腹が痛くなり、なんとなく破水かも…:とまたあわててヤナセさんにT e lしました。朝6:30に入院したものの陣痛の間隔はせばまらず、マタニティビクスへ。気分はリフレッシュできましたが、いつまでたっても7分間隔のままでした。でも痛いのは痛くて、病室で「イタ―イ」と叫んでいたらやかましかったのか、LDR室へ。そこでもなかなか「極期」になつてくれず、痛みと眠けに襲われながら、「出産の本」を読んできました。結局5分間隔のまま最後までいってしまい、本通りにはいかないんだと思いました。1晩中「イタ―イ」を病院内に轟かせ近所迷惑の朝、やくつと2810gの男の子が産

まれました。こんな痛みは今まで体験したことがなく、最中は不安でいっぱいでした。でも梅原さんや柳瀬先生、高野さんのアドバイスとはげましで、ポロポロになりながら、無事に産むことができました。夫もねむいのに一生けん命付き合ってくれました。一人では本当にできなかったと思います。皆のおかげで生むことができました。命の大切を大きくなったらぜひ子供にも伝えたいと思います。ありがとうございます。

2回目の出産とゆうことで、少し余裕があったのですが、予想していたのとは少し違いました。6/5午後3時27分、2900gの男の子が無事産まれました。上の子は8時間で産まれたので、今回はもつと早く産ま

れてくるとばかり思っていました。

ところがおしるしと同時におなかの痛みはありましたが、なかなか強くなってきません。5分間隔にはすぐになつたのに、そのあとずっと同じ調子。途中ヨーガ教室にも参加してしまう程でした。いつまでこの状態が続くのか、予想外に進まないことに気持ちは焦って疲れも出てきました。ヨーガの効果があったのか、そのあと痛みがグンと強くなってLDRに入りました。

あとは比較的スムーズに進み、無事出産できました。時間は上の子の時よりかかったけど、ゆっくり進んだのでかえって楽で、前回より冷静に呼吸もできよいお産ができたと思います。私はヤナセクリニクには病気で1度、出産で2度、計3回入院させて頂きましたが、何度お世話になっても先生やスタッフのみなさんに感謝の気持ちでいっぱいになります。いつもこの病院を選んでよか

ったと思うのです。もうひとつ看護学校の学生さんとの出会いもよい思い出になりました。数日間いろんな話をしましたが、彼女は分娩にも立ち合ってくれました。出産の間、持参したMDで音楽を流していたのですが、ベビーが生まれ落ちた瞬間、流れ始めた曲が彼女の大好きなアーティストの曲だとあとから彼女に聞いて、その曲は思い出の曲になりました。こんな思いがけない素敵な出会いもあり、本当に人の心の暖かさに触れることばかりの出産でした。そうやって生まれてきたこの子も人の暖かさをいっぱい感じて、またそれを人に与えられる子に育ってほしいと思います。出産にかかわって下さったすべての方々、そしてパパ、産まれてきてくれた赤ちゃん、みんな本当にありがとう!!!

2004年7月ご出産

私は、7月6日を一生忘れません。

痛みで暴れる私の背中を一晚中指紋が無くなるのではないかとという程、さすってくれていた母。

この痛みをなんとかして欲しくて、何度もナースコールをしても、優しくマッサージしてくれた和田さん。看護婦さん。

仕事の制服のままにかけてくれ、分娩も一緒にがんばってくれ、そばにいて抱きしめてはげましてくれた夫。ずっと側で見守ってくれていた父と妹。

分娩中、一緒に呼吸をして、大量の汗を流しながら一生懸命はげましてくれた婦長さん、ヤナセ先生、川口先生、

看護婦さん、こんなにたくさんの人たちに助けられても良かったから、この私が出産という大きな仕事を終える事ができました。一人だったら絶対に無理です。ヤナセクリニックで出産してよかった。本当に良かった！！みなさん、どうもありがとうございます。

今、生まれてきた娘を抱きしめる事ができて本当に幸せです*

最後に：お母さん、ありがとうございます。私を産んでくれてありがとうございます

私をこの痛みに耐えて出産したんだ：
とつても感謝しています。ふだんは素直になれないけれど：

小柄な私は骨盤と赤ちゃんの頭と相性良いかどうかずつと心配で、予定日2週間前に骨盤のレントゲンを撮り、今の赤ちゃんの大きさなら大丈夫という事でしたが、推定体重が予想以上に大きくなってきて、予定日まで待っていたら難しくなるかな、という所から、予定日1週間前に入院し、誘発分娩に臨みました。朝から陣痛誘発剤を飲み、院内の階段で運動をして本陣痛に繋がるように頑張ったけれど、微弱陣痛のまま夜へ。内診したところ、まだまだ子宮口は硬く、翌日メトロで様子を見るか、帝王切開にするか迷いましたが、夫と相談して後者へ。やつと出産だという嬉しさと、手術という恐怖感が交互に手術台は冷たく、手足を縛られ一気に「怖い！逃げ出したい！」と泣き出した気持ち、「大丈夫。あと少しで赤ちゃんに会える」と自分に言い聞かせました。ずつと高野婦長さんが手を握ってくれて音楽を聞かせて

くれたりして、何かと心を安定に保てました。15分後、元気な産声が。初めてみる我が子に「あなたがずつとお腹をポンポン蹴っていたの。やつと会えたね」と安堵と感動で幸せな気分になりました。

手術後は、後陣痛と縫合の痛みで苦しみましたが、先生方をはじめ、婦長さん、スタッフの方々の優しい励ましに何度も救われました。

これからが始まりであって、大変な事もあるかと思いますが、肩の力を抜いて我が子と一緒に成長していきたいという気持ちです。

H 16. 7. 5 a m 10 : 27 女の子出産！！

今回で2度目の出産！！1人目は初産のわりに4時間

と超安産。「2人目は1人目より早いし、楽だよ。」と周りは言うけれど、1人目4時間だし、さすがにもうすこしかかるだろうと、4時間以上かかる事は覚悟しての2人目でした。

7/5の朝、少し出血があったものの、1人目の時も2日前に出血あったし…と余裕でした。いつも通り、9時に上の子を保育園に送り、家に着いた時には不規則な痛みが少し…。「もしかしたら、今晚あたり産まれるかも…」と母に話してました。とりあえず病院に行こうと家を出たのが、9:50でした。

病院に着いた時には、あまりの激痛に歩くのがやっと…。2Fに上がった時には動けず、看護婦のみなさんには「迷惑をおかけいたしました。」

車イスで5F、LDRに入った時には、子宮口全開。結局そのまま産まれて、私の出産は終了でした。あまりの

スピード出産だったため、パパにも連絡出来ず…私自身、何が起きたのかあまりのみだめてない感じでした。朝の出血からしても、たった3時間のお産でした。やっぱり1人目よりは早いんだあ〜と実感しました。

子育てはスピーディーではなく、ゆっくりゆったり頑張ります。

初めまして！私は初産婦で予定日が6/28なのに子宮口が1cmしか開いてなくて、おしるしもなく、何の気配もなく全く予定日経過しても陣痛が起きず、結局7/6に入院することになりました。入院1日目は薬（6錠）を全て飲むが、その日は変化なしでした。2日目は風船（メトロ）を入れました。これが死ぬほど痛かった

∴。おかげで次の日、3日目には子宮口が7cm開きました。

その勢いによって3日目は早朝から点滴をしたけど、結局2本とも効果なしで陣痛が起きずで、その日もがっかりしてしまいました。4日目も同じく点滴2本を同様に行ったが、やはり効果なしで、私の心は次々と出産されていく赤ちゃんの姿を見て、私も早くママになりたいとただ願うばかりでした。5日目はやはり心配がなかったので、朝から薬（6錠）の誘発にして、ヨガに参加しリラックスしました。効果なく、夕方から点滴1本頑張ることにしました。6：30に柳瀬センサーに内診してもらった直後、今まで感じたことのなかった2分間隔の下腹痛が！！これが私の陣痛の始まりで、7：40に洋室LDRに行き、7／10 9：41に2915gの男の子を出産しました。予定日を12日過ぎたけれど、Bi

gすぎず安産でした。∴が、胎盤が自然に出なかった様子で私の場合、麻酔いをして（これも超！イタイ）取り出すという、最後の最後まで大変なことになってしまいました∴。

いろいろ出産までというか陣痛までの道のりが長くて、心配な不安はこともあったけど、柳瀬センサー、他たくさんのスタッフの皆さん、そして私なんかに入院初日からずっとそばにいて支えて、話相手になってくれた実習生の和田さんに心から感謝しています。

本当にありがとうございます！！かわいいと評判の息子の子育て、がんばりまーす☆☆☆☆

by 脩人くんのママ26才

私の出産予定日は8月2日でしたが、7月7日の午前10時頃、すぐトイレ（大の方）がしたくなり、トイレにずっと座っていてもなかなかでない、そうしたら下着を血でよごしてしまい、「何なの？」って思いながら、少し横になっていたら、すぐくお腹がはり、腰まで痛くなってきた。それが10分おきぐらいに痛みがはげしくなり、あまりに体調がおかしいので病院にTELをした。午後の診察の3時頃に来て下さいと言う事で、義母を頼んで病院に連れて来てもらった。病院までの間、だんだん痛みが強くなり、これは「じん痛？」っていう気持ちで、病院についた。病院についたらさらに痛みが強くなり、先生に診察してもらったら「もう子宮口が8cm開いているよ」って言われてびっくりでした。すぐに入院して、LDR室へ。「お風呂に入ってリラックスしようか？」っと看護婦さんが言ってくれたけど、もうお風呂

には入れない状況だった。さらに痛みの時間が短くなり、本当のじん痛が始まった。あまりに急な事だったので自分自身びっくりで、立ち会ってくれるはずだった旦那さんもたまたま大阪へ出張。もう頑張るしかないと思いい、今まであじわったことのない痛みが、さらに強くなり、3時30分頃にLDR室に入ってから、約4時間ちよつとで無事に男の子を出産しました。もう嬉しくて、涙が止まらなかった。出産の時、たくさんの先生やスタッフの方がそばにいて、はげましてくれました、頑張れたと思いました。でも、本当に出産で大変だなあと実感しました。でも、やっぱり我が子はかわいいですね。

7/11、我家にとって3人目の二女のお産になります。

“3人目は楽” “自分らしいお産をしよう” など期待と願いを込めて臨みましたが、何回経験してもお産は辛く、痛いものと改めて感じた。だから、出産後の痛みから解放された安ど感、我が子と対面した喜び、充実感、幸福な気持ち：は、3人とも共通。私は人生の中で3度もこの感動を味わう事ができた。

周囲からお産も育児もベテランと思われる事に、不器用な私にとっては戸惑っているし、決してそうではない。

この先を考えると不安もあるけど、とりあえず退院後は新しい家族を迎え、にぎやかで幸せな生活が待っていることだろうと思う。

最後になりましたが、柳瀬先生、婦長さん、そしてヤナセクリニックのスタッフの皆様、本当にありがとうございます。

不器用な私ですが、3人の母親にさせていただき、また素晴らしい人生を与えてくださったことに感謝します。

2004.7.13

私の場合、双子を妊娠したもので、9カ月に入った時点でさかご状態に変化がなかったため、帝王切開の手術を行うことになりました。

予定日は7月30日でしたが、先生との相談の結果、7月8日に手術ということになり、7月5日から入院が始まりました。おなか周りも100cmを超え、かなりの貫禄でした。無事に手術の日を陣痛等もくることなくむかえ、13時開始にむけて、9時すぎから点滴も開始

しました。ドキドキと生まれて初めての手術という不安と、もうすぐ赤ちゃんたちに会える喜びと…、いろいろな思いの中、予定より早く12時10分頃から手術が始まりました。そして無事に12時48分に第一子、女の子が、続いて第二子に男の子が産まれました。

ますいの関係で意識がもうろうとしながらも、赤ちゃんたちの「オギヤー！オギヤー！」と泣く声と、先生が私の額に赤ちゃんをつけてくれた、あたたかい感触は覚えていきます。とっても、とっても感動しました。意識もすっかりと戻り、改めて赤ちゃんたちを近くで見れた時、とてもうれしくて「無事に産まれてきてくれてありがとう」と感動しました。とにかくホッとして、とても幸せに思いました。

点滴等で、普通に体を動かすまでに、5日ほどかかりましたが、先生方やスタッフのみなさん、家の人に支えて

頂き、回復することができました。たくさんの人にとっても感謝しています。双子ちゃんとの生活がこれから始まりますが、大変さも2倍かもしれないませんが、喜び、幸せはその何倍もあると思って、楽しく双子ちゃんたちとともに過ごしていけたらと思っています。先生をはじめ、スタッフのみなさんの心おだやかなアットホームな雰囲気の中、出産できたことうれしく思っています。ヤナセさんで産ませてもらって本当によかったです。ありがとうございます。ありがとうございました。

これからご出産の方、頑張ってくださいね。ヤナセさんだときつと大丈夫です。安心していい日を迎えて下さいね。

7月10日AM3:50 お腹の張り痛みで目が覚めた。前日に検診を受けていたので、まあ大丈夫だろうと思っていたのですが、一応急な為に時間をはかたところ計るたびに短くなっていたのに、おどろいて病院にtelしました。3人目ということもなり、すぐに来るように言われ病院へ。

AM6:30頃に病院についてからは、あつという間に陣痛の間隔は短くなつていき、AM8:00頃にはもう頭はそこまできていました。「もういきんでいいよ。」と言われてからは早くに出てきました。AM8:22出産。本当にあつという間で、自分でもおどろきでした。残念ながらアロマバスでゆつくりと…というわけにはいかず、楽しみにしていましたが、入ることはできませんでした。陣痛の時、“もう痛くてガマンできない！”と思った時にマッサージしてもらって、とてもらくにな

りました。

アロマの香とマッサージでうまくのりきる事ができました。“リラックス”という形での出産は本当に大事だなと思いました。“安心して産める”気持ちがとても落ちついて良かったです。

幸子先生、スタッフの皆さん本当にありがとうございました。

私は初産で、お産に対するイメージと言えば大変！痛い！というものでした。実際には妊娠5カ月の時に初めて胎体を感じた時はとても感動的でした。命が芽生えたんだなあと思いました。

つわりもなく、仕事もしていたため、適度な運動が良か

ったのか、妊娠36週の検診の時に先生は、「来週ぐらいに産まれてきてくれたらいいね」と言ってくれたので、その晩、安心して大股で散歩しました。すると翌朝3:30に破水してしまい、病院について30分後には短い間隔で陣痛がきて、そして陣痛から2時間20分後には「オギャー!!」という元気な産声が聞こえました。元気に産まれてきてくれたんだなあと感動して、私もついつい一緒に泣いてしまいました。

つわりもなく、初産にして3時間もしない超安産で産まれてきてくれた、この子はとても親孝行だと思っっています。ご褒美に愛情いっぱい注いであげようと決めています。

18時間を超える初めてのお産が終わり、今日で5日目となりました。何十回とおっぱいをあげて、おむつを換えてようやく、「私って子どもを産んだんだ〜」と実感できるとなりました。

実は私は四日市からの転院組です。主人と2人で沢山の本を読み、どんなお産にしたいかと言う希望や考えを持つていました。それでも、そんな要望を快く受け取ってくれる病院は見つかりませんでした。そして：ついに幸子先生の事を知ったのです！期待どおり、それ以上の経験をする事ができました。これからご出産の方、“痛み”に対する不安は今が最高潮ですよね！？私もそうでした！！何と言ってもアロマバス、おすすめですよ。私は余裕で7〜8時間入ってました。水中だと痛みが和らいで、子宮口が9cmまで開いてもヘラヘラしていられました。(↑私、ちなみに痛みに弱いタイプです。)

もう1つの恐怖だった会陰切開。これもナシで済みました。高野婦長をはじめとする皆さんの適切な保護のおかげです。主人が言うには、私が力を抜いている時は皆さんもフウくと休まれており、私が「ふつ、ふつ〜ん!!」といきみ始めると、ガバツと立ち上がり、それぞれの位置につかれて私を助けてくださったらしいのです。5〜6人でまるで“プロジェクトチーム”。何てプロフェッショナルなんだ！と主人、大感激。

薬など、医療行為を一切使用しないと希望だったので、少々時間は長くなり、お産そのものがイヤになってしまい、最後は「もう切って出して〜」と叫んでいたようです。でもスタッフの皆さんのあげまじで自然分娩が出来て本当によかったです。(だって、お産のあとがすごくラク。スイスイ歩けるんだもの！)

初めてのママ達、Yanaseさんを選んで大正解ですよ!“痛くない”ってわけじゃない。だけど、体が切られたり、傷付けられたりする痛みじゃないの。徐々にズーンズーンと来る感じだから、十分に耐えられます。

幸子先生や高野婦長を信頼すると、何の問題もありませんよ！その時にならないと分らないと思うけれど、「こうするといいよ。」と言うアドバイスがピンポイント、効果てきめん！

そして最後に、ハスミさん。Elissaのことを取り上げてくれてありがとう。貴方なら絶対に素晴らしい助産師さんになれると信じています。このYanaseさんの良い所を東京の病院でどんどん広げて行って下さい。

「私のお産」は妻と一緒に18時間をLDRで過ごし、出来る限りのサポートをする、ということでした。：勿論、全て10カ月前から始まっていたのですが…。

初めて妊娠・出産という事で、本から得た情報や友人から聞く話以外、全てが知らない、分からない事ばかり。それでも色々調べていくうちに、私達夫婦の考えるお産というものを実現することは難しいのだとわかって来ました。病院や産院では「女性達が出産するお手伝いをする」というよりも、「とりあえず赤ちゃんを外へ出す」と言った感じを受けました。

そんな中、長い長いリサーチの末、ヤナセクリニックの事を知りました。

そしてそれからと言うもの、全てが我々の希望にピタッと当てはまるようになったのです。自然で人間的なお産、

オープンでフレンドリー、かつ的確な情報を与えて下さるスタッフの方々。そして最も重要であり、素晴らしいかったのは、ここヤナセには自分達の仕事に全力を尽くすプロフェッショナルな人々がいるという事です。この皆さんは母となる人をはげまし、自分の体の中に備わっている力を信じるよう、教えてくれました。それこそが本当にあるべきお産の姿ではないでしょうか。妻、私、赤ちゃんという3人が、まるで1つのものとなった感覚、命が別の命を作り出す喜びを感じました。もし又、第2子をもつことになったら、是非ヤナセでお願いしたいと思います。

予定日が近づき、日に日に痛む回数も増えてきて、予定

日の夜、「痛〜い」と同時に《おしるし》が…。病院に連絡して入院となり、NST、内診をしてアロマバスへ。夜中も時々寝ながらも痛みが続き…。でも朝になり何か陣痛の強さも長さも弱くなっていきました。夜、先生に内診してもらってもあまり状態は変わっていないとの事で、シャワーをして寝ました。ところが段々と強い痛みを感じる様になり、間隔も短くなってきた、夜中2時頃内診してもらおうと子宮口7〜8cmに！！急いでパパを呼び出し、腰の痛みを和らげる為にホットパックをしてもらったり、馬の様な形のイスにまたいでフットバスをもらって、すごく気持ち良かったですが、痛みは強まるばかりでAM4時LDRへ！もうそこからは痛みと時間との闘いでした。実母とパパにつき添ってもらい、スタッフの方々にはげまされ、もう体力も限界！！（前夜30分も寝れなかったので）

AM10:20、男の子誕生*大きな産声をあげてくれ…、私も声を出して泣いていました。怖かった、痛かった、大変だった、でも我が子を見て頑張った良かったと心から思います。最高の宝物を抱かせてくれて、先生を初め、皆さんに感謝です。本当にこの病院で産む事が出来て良かったです。ありがとうございました。

p.s. 立ち会う事は、ママの大変さを分かち合う事。感動を共にする事。是非、これからパパになる方…、ママを助けてあげて下さい。私は、パパと実母に助けられました。

今回は5年振り、3人目のお産でした。7ヶ月の頃から、切迫早産ぎみで、張り止めの薬のみ

ながら大事に大事に過ごしてきたので、とても大きなお腹になり元気で産めるかなと不安もありました。

周りの人は、「3人目だから3回きばってポンよ」「産まれそうになったら早いから気を付けて！」なんて言うので、私も超安産を期待して過ごしていました。そして、その日：7/20に定期検診へ来て朝からおしるしがあることを先生に報告。でも、おしるしだけなら帰っても大丈夫：と、買い物へ行ったり昼食の夕食へ出掛けたりしていると、午後からあつというまに15分間隔の痛みが：

夕方、病院へ来てアロマバスへ入り、リラックスしながらお産がすすむようにと、期待とは逆に、夜中に陣痛がおさまりかけてしまいました。また、帰宅するのも不安で、促進剤を使うことを先生と相談して思い切ってお産に臨みました。どんどん陣痛がきつくなるわりに、なか

なかBabyが下がってくれず、途中、涙も出てきました。が、スタッフの方々、そして予定していなかった旦那さんがついてくれて、無事、私にとっては超巨大児の3520gの男の子を出産しました。産む時、いきみやすいように、赤ちゃんが出やすいように、スタッフの方々が足をグーツと支えて下さり、そのおかげで自然分娩でのりきれたと思います。アロマバスをはじめ、苦しい陣痛、お産をのりきる為にいろんな工夫をして下さり、手とり足とり、妊婦といっしょにお産を無事にのりこえて下さったスタッフの方々、先生にとっても感謝しています。本当にこちらで出産して良かったです。ありがとうございます。あと、乳房マッサージを何度も何度もして下さり、お陰でしこりがほぐれてつらかった母乳育児が、楽しい母乳育児になれそうです。ありがとうございます。

私は子供が大好きで、出先で子供を見るたびに、私も欲しいなあと思う気もちがありました。自分の子供なんて想像もつかなく、出産は他人事のように思っていました。

結婚もしないかとも思ってた私が結婚をして、妊娠が分かった時に、主人と行ったユニバーサルスタジオでは、とても嬉しくて嬉しくて二人ではしゃいでいました。

妊娠中はつわりがひどくて、よく吐いてました。主人が家の事を手伝ってくれているのに、私は八つ当たりばかりして、お腹の子にまでつらく思った事もありました。

臨月になってもよく吐き、つらい日もありました。もう少してこの子に会える、おなかで元気に動く足が私を元気づけてくれました。

お産ほど自分を強くさせてくれるものはないと、今我が

子を見て思います。とても幸せです。生まれてきてくれてありがとう。そんな気持ちでいっぱいです。立ち合いまでしてくれた主人にも感謝です。主人が側にいてくれたので、心強かったです。スタッフのみなさん、ありがとうございました。ごさいます。二人めもヤナセさんと主人と話しています。出産での出来事を忘れかけたところまで考えています！！

今回3人目のお産で、こちらのヤナセクリニックでの2回目のお産でした。

何回目でもやはりお産はドキドキするもので、痛みもこわいなあと思ってきましたが、前回同様、スタッフの方のリラクサスさせてくれる対応と足へのアロマのマッサージ

ージ等でお産にのぞむ事ができました。3人目という事で、産まれる時はあつという間で申し訳ない位でしたが、我が子との対面は何回目でも感動しました。

3人の中で1番小さく産まれてきて(2740g) まだまだおとなしくお乳も少食ですが、これから大きく元気に育てていきたいと思えます。

今から出産される方はかわいい赤ちゃんとの対面など楽しい事をいっぱい想像してお産頑張ってください。

スタッフの方が皆やさしいし、何でも話やすいので大丈夫です！！(もちろん先生も最高です)

私は陣痛がはじまってから、あつという間でした。

朝の9じすぎに急におなか痛くなったな。つと思つて

からすぐに陣痛のかんかくが10分以内で…。病院についてからは、いたい！！としか話せないぐらいになっていたんですが、看護婦さんの声だけを頼りに。パパが到着してからは、少し安心して、もうすぐ赤ちゃんにあえる！！その気持ちだけでがんばりました。赤ちゃんの声をきいたしゅんかん、無事に生まれてくれてありがとう。つてホツとしました。これからがまたいちだんと大変だとは思いますが、パパ、赤ちゃんと一緒にがんばりたいと思えます。

最後になりましたが、院長先生をはじめ、スタッフのみなさん、ありがとうございます。2人目もまたここで生みたいと思います、その時はまたよろしくお願いいたします。

私は28才の初産婦です。予定日より1週間も早く出産を迎えました。だいたい予定日どりの出産と思っていたので、とてもビックリしました。8分間隔の陣痛になったため、病院に連絡し、外来で内診をしてもらったら、子宮口が2cmくらい開いていると言われ、入院する事に。私の担当をしてもらう事になったスタッフの方に一生けん命サポートしてくれて、言われるがままにお風呂に入ってみたりしていたら、数時間もたたないうちに子宮口が5cm開き、LDR室で腰をもんでもらったり温めてもらいながら、スタッフの方の呼吸法に合わせて呼吸をしていたら、数時間もしないうちに陣痛の間隔がどんどん短くなり、子宮口も7cm↓8cm↓9cmと開き、しばらくすると破水し、20分もしないうちに、赤ちゃんのご対面する事ができました。

みんなから超安産のスピード出産だったね!!と言われ、赤ちゃんも産まれてきてくれて、すぐに大きな声で元気に泣いてくれたので、とても安心し、同時に手足など五体満足で産まれてきたか心配になり、すぐに看護婦さんに確認しました。出産してみても、一番やって良かったと思った事は、毎日のあぐらのポーズと呼吸法でした。

これさえやっておけば、後は何とかなるものです。(笑)主人は、出産に間に合わず、心細い思いをするかと思っていたけど、スタッフのみなさんの励ましや応援はとも私を元気づけてくれました。本当にありがとうございます。

7月27日に予定日でしたが、7月26日の検診での推定体重は3844g。「明日には入院ね」と言われてたのですが、7月26日の夜陣痛がはじまり、PM9:00には入院。AM0:00には子宮口3〜4cmといわれて、「お産早いかも」と言われ、LDRに待機。でもやはりまだかもということ、一度部屋に戻り、朝方も一度LDRへ。ここからがおそろしく長い分娩のはじまりで、考えられないほどの腰痛との戦いでした。27日中にも子宮口は広くならず、夜中には陣痛が弱くなり、「夜中だから誘発剤は使えないから朝までまって」とのこと。その頃には私の神経も体力も限界に近づき、陣痛がこわくなって、ふるえもとまらなくなり大変なことに。夜中の間ずっと腰をさすってくれていた看ゴ婦さん、研修中の学生さん本当にありがとうございます。朝になり、幸子先生が「誘発剤を昼くらいまでやってだめなら帝王

切開ね」と言われ、陣痛の腰の痛みにたえられなかった私は、「先生おねがい…もう切って…」を連発。そんな中すべての先生や看ゴ婦さん達がものすごく応援してくれて、すごく心強かったです。無事正常分娩で3540gの元気な男の子を分娩時間43時間20分という超難産で産むことができました。本当にすべてのスタッフのみなさん、ありがとうございました。

7/31台風の中、病院へ来たら子宮口7cmひらいてました。

「もうすぐ産まれるね」「今日中」って言われて、
「？」って思っていたら、1時間もしないうちにLDRが急に分娩台に変身して、私はいきまらずに吸って、はい

ての繰り返しの間に頭が出てきて、36週 2860グ

ラム、元気な女の子を出産しました。

2人目だったので楽だったのもあるけど、助産婦さんもはげまし方や呼吸法を一緒になってしてくれたり、1人で痛みに集中するような時間がなかったから、安産へつながつたのかもしれない。しかし、この病院は本当に親切！！1人目もヤナセクリニックにしておけばよかつたなあと、主人や両親と言いました。陣痛はたしかに痛いですが、何故か“がまん”できました。36週で予定日より早かつたけど、産まれてきてくれてありがとう。我が子は本当にかわいい。10ヶ月、早く会いたいって思っていた日がやっと来ました。

2004年8月ご出産

8月2日が予定日で朝おきたらおしるしがきた。入院が決まっていたので、不安などなく病院に行った。病院に行ったら陣痛みたいな痛みも少しあり、だけど陣痛おこす薬をのむことになり、12:00からのみはじめて、だんだん痛みがでてきた。だけど、私にはたちあいをしてくれた旦那と実母がいてくれたので、腰をさすってくれたり、マッサージをしてくれていたので少しらくだった。やっぱり私1人だったら、もつとくるしんでいただろうなああって、すごくじっかんした。

夜になっても、まだ子宮口全開じゃないし…。どうなるのだろうって心の中でずっと思ってた。吐き気もしてき

たし、もう大変でした。日付が変わり、痛みがピークになってナースコールをおし、LDRへ行くことになりました。子宮口全開になり、1時間半で大きなbabyが生まれました。大きなおちんちんもついてました。そのときに、涙がでるほど、感動だったのですが、実母と旦那が2人そろって泣いていたので、私は泣けなかった。すごく疲れていたし、でも赤ちゃんが産声をあげたときはすごくうれしいですね。これからが大変かもしれないけど、あの日のことを思えば大丈夫！！ヤナセクリニックのみなさま、本当にありがとうございます。柳瀬幸子先生、高野味鈴婦長、本当にこの病院で生んでよかったです。スタッフのみなさんありがとうございます。

今回はヤナセクリニックスさんでの2度目のお産でした。出産の2日前あたりから前駆陣痛が始まり、時々、お腹が張ってそろそろだなと思ったのですが、なかなか規則的には陣痛が起こらず、家でゆっくりと過ごしていました。前日の夜あたりから徐々に陣痛が始まり、夜中の3：00に寝ていると上の子を起こし、パパと3人で入院。洋室のLDRでヨガの猫のポーズをしたりして、痛みに耐えていましたが、いつの間にか子宮口が全開になり、いよいよ出産が始まりました。友達から2人目は楽だと聞いていましたが、やはり痛いのは一緒に痛さに弱音をはくと、幸子先生や高野婦長にあたたく励ましていただいて、元気な男の子を出産することができました。赤ちゃんの元気な姿と産声を聞いて本当に幸せな気分です。痛みが本当にひどい時に、腰をマッサージしてくれた寺澤さん、パパも腰をマッサー

ジしてくれたり、うちわであおいでくれたりしてくれました。1才半の上の子も状況がよくわからないまま、きつと不安に耐えて見守ってくれていました。本当に先生や婦長さん、スタッフの方々、そして家族のみんなに協力してもらって無事出産することができました。本当にありがとうございました。

私は妊娠初期につわりはひどかったものの、「お腹のはり」は朝、夕の散歩でもパートで立ちっぱなしであったりも感じた事がありませんでした。なので「私は陣痛が来た時に陣痛って分かるかな？」と気楽に考えていました。実際に陣痛が来ていたんだな…と後から思い返した時間も、夕飯を食べてお風呂も入って、好きなドラマも何

となくお腹の違和感を覚えながらも部屋を歩きながら見終わって、まだ寝ようとしていました。でも15分もしないうちに寝ていられなくて起きるので、「これは…」と思い、クリニックにt e lをして入院しました。

その後の内診で「子宮口がもう4 c m開いています。陣痛ですよ。」と言われたすぐから、急に痛みとして感じる様になりました。その後、痛みに耐えれなくなって弱音を言う私を、幸子先生やスタッフの方、夫や実母がみんな優しく声をかけてくれ、励ましてくれたおかげでがんばる事が出来ました。途中、アロマバスに入ったり、アロマオイルでの腰や骨盤のマッサージもとても心地良くて、会陰もオイル(?)を塗ってもらって上手く呼吸を促してもらった事で切開することなく、初産なのにとても安産だった様で大満足です。それとストロベリーダイアリーは妊娠、出産、育児に関わる知識が分かりや

すく説明されていて「この一冊があれば大丈夫!」と私は思いました。里帰り出産で2つの産院を経験したけど、対応もサポート体制e t c、どこを比べてもヤナセさんが良かったし、やっぱりここに決めて正解だったと感じています。

後に出産する方も頑張ってください。

予定日を8日過ぎての出産だったのでb a b yが誕生するまでN S Tの検査で、赤ちゃんは元気だと分かっても本当は大丈夫か?という不安と、お産に対する恐怖心で一杯一杯になっていました。…いざ陣痛が始まって痛みの間隔が短くなり増々痛みは強くなり、すごく怖かったけれど、看護婦さん達が良く理解して下さいって、

呼吸法や座り方 e t c のアドバイスや腰を暖めてマッサージして下さったおかげで緊張がほぐれ、2560gの男の子を無事出産することが出来ました。：ヤナセクリニックで出産することが出来て本当に良かったです。先生、そして看護して下さったスタッフの皆様、ありがとうございました。

そして何より、仕事場から急いで駆け付けて私の後で必ずに声をかけ、腰をマッサージし一緒に呼吸を合わせた、暑い時には汗を拭きうちわであおぎ、冷えている足を暖めてくれた旦那様の支えがあったので、頑張るコトが出来ました。ありがとうございます*
これからもこの気持ちを忘れず、夫婦で協力しながら元気に誕生してくれた b a b y と頑張っていきたいと思っています。

私は初めてのお産であった為、陣痛の痛みとはどれくらいのものなのか、ちゃんと元気な赤ちゃんが産めるのだろうか、他予定日が近づくにつれ不安と恐怖でいっぱいでした。

予定日の朝、おしるしがあり、不安が増強する中、暗示にかかったように痛みがはじまりました。痛みはあるものの、この痛みの間隔が短くなるだけなら余裕！！と思って迎えた夜中に破水があり、これまでとは全く違う痛みが短い間隔で襲ってきました。すぐに病院に駆け込み、お産開始となりました。立ちあってくれたパパはすぐに腰をさすってくれたり、励ましの声をかけてくれました。陣痛の間隔が2、3分と短くなるにつれて、もうどうにでもして思っている中でも、必死に呼吸をあわせてく

れる。パパの顔をみていると頑張らなくっちゃという気持ちになりました。

5：35朝日と共に元気な産声をあげた男の子が産まれました。

赤ちゃんを自分の腕に抱いたとたん、今までの痛みがうそであったかのように忘れてしまいました。

呼吸を一生懸命あわせてくれたパパ、背中をさすってくれたお母さん、励ましの声をかけてくれた柳瀬先生をはじめ看護婦さん、みんなの支えがあったからこそ元気な赤ちゃんを産むことができました。

ありがとうございました。

陣痛中にうけたアロママッサージ、産後にうけたアロママッサージとても気持ちよかったです。ヤナセで産んで本当によかったです。

7/31の予定日を過ぎても陣痛の気配がなく、いつくるんだろうと心配をしていました。8/3昼ごろおしるしがきて、いよいよだと思いがら待っていると、1時間くらいの間隔で陣痛がきて、午後9時頃病院へ行きました。その時はまだ子宮口も3cmくらいしか開いてなくて、まだまだという事だったので、アロマバスに30分くらい入りとてもリラックスできました。陣痛の間隔が狭くなってくると痛くて、部屋の中を歩いてみたり、主人や看護師さんに背中をさすってもらったりしました。お風呂に入ったのが良かったのか、子宮口もだんだんと開いてきて、午前4時破水。痛みもピークに。赤ちゃんの事だけを考えて必死にたえました！看護師さんや先生が優しく呼吸法を教えて下さり、またはげまして頂き、とても心強かったです。そして午前6：03分、先生の「もう頭見えてるよ」という声と共にツルーンと

誕生しました。立ち合ってくれた主人も初めは立合い反対だったけど、感動してくれました！産まれる瞬間に写したビデオはとても良い記念です。赤ちゃんをお腹の上のせてもらった時、さつきまでの痛さはどっかへふつとび感動でいっぱいでした。その後の指導なども先生をはじめ看護師の皆さん、とても親切で不満は1つもありません。本当にありがとうございます。

今回2人目という事で、周りのみんなから予定日より早くなるよと聞いていたのですが、ぴったり予定日にうまれました。1人目のときは18時間かかったのですが、2人目はとても早かったです。

朝5:30にトイレに行ったときは何事もなかったのですが、その2時間後、ふとんの上で突然破水してしまつて、夢から一気に目が覚めました。

9時に診察、そのままLDR室に入って、10時頃から

不規則に陣痛が始まつて、子宮口8cmになったのを聞いたとき、えつと思いました。まだまだこんなものじゃないと思つてたし、正直、心の準備も出来てなかつたし、尾鷲に出張しているだんなもまだ来ないー。

そのうち全開大になつて、いきんでいいよとゆうことになつて、ここからがまた長いんじゃないかなあと考へたら、排臨↓発露↓「頭出そうだよ」↓「はい肩が出るよ」↓「はい呼吸して」↓「うまれたよ」

これがまた信じられないくらい早かつたんです。本当にほんとうにはやかつた、2時間16分でした。今回もみなさんに支えられて無事出産できてよかつたです。どうもありがとうございます。

2回目で1年前に出産をしたから陣痛が来たらすぐに分かると思っていた私でしたが、実際は： 8月2日 P M 8 : 3 0 頃おしるしがあり、いよいよb a b yに会えると思いい入院準備の最終確認をし、陣痛を待っていました。が、3日の朝になっても全くその兆候は無し。その日の午後から検診があった為、診てもらおうと2、3 c m開いているが、陣痛が来ないからまだもう少しかかるかなーと言われ帰宅しました。そしてP M 9時すぎ、腰が痛いなあーと思ったが、お腹は痛くなかった為、これは陣痛と違うと自信満々で思っていました。日が変わりA M 1 : 0 0 すぎからかなり“腰”が痛くなりましたが、お腹と違っていた為、時間も計らないで苦しむだけの私。A M 2 : 0 0 頃とうとう夫が見兼ねて病院にT E Lをし、無理矢理車に乗せられ病院に連れて行かれました。それでも私は車の中でお腹は痛くないから行っても

最低でも、1時間はかかるだろうと思っていました。なんと子宮口は全開で、すぐに力んでO Kと言われ、ビツクリ。心の準備が出来ていなかった私は、パニックでどうして良いか分からずにいると、それを察した柳瀬先生がやさしく指導してくれ、付き添って頂いた看護婦さん達にはげまされ、元気な女の子を無事に出産する事が出来ました。入院中も1歳になったばかりの長女と一緒に、お世話になったのですが、その時の柳瀬先生をはじめ、看護婦さんたち皆様に色々と助けて頂き、本当に感謝の気持ちで一杯です。これから出産を迎えるママさん、ヤナセクリニックなら安心して出産出来るので、頑張ってくださいね。

2人目の出産でした。産休にはいるぎりぎりまで仕事していた時は、おなかもよくはり、2人目は早く産まれるかもと期待していたのですが…

1人目の時同様、予定日を過ぎても産まれる様子もなく、誘発入院となりました。

入院して、1日目、子宮口をやわらかくする為のバルーンを入れました。前回と違い、さすが2人目？夜には自然というかトイレに入った時に抜けてしまい、翌日朝頃より時々陣痛の様な痛みが… このまま点滴とか使わずに分娩になれば…と待つてましたが、変わらず結局入院して2日目点滴をしました。点滴をして数時間、どんどん強くなる痛み。2人目でも痛みは同じであーと早く産まれてーと思いつながら、半泣き状態。先生やスタッフのみなさんに励まされ、産まれました。

産んでみてから…さすが2人目、時間が早かった！前回

の1/2の時間でした。ただ胎盤が出ず、出産後、麻酔をかけて胎盤を出す事に… これだけ余分でした。

今回和室のLDRで産みましたが、だんなにつかまり力んだりしてましたが、数ヶ所引つかき傷を作ったらしく、後からだんなに俺も痛みを耐えたーと。出産の痛みはそんなものではないんだあーと言い返しつつ、夫婦2人で取り組んだ出産、いい経験だと思ってます。

今回3回目の出産で、何回目でも痛いのはかわりなかった… けど、アツ“という間のスピードで赤ちゃんとの対面でビックリ！！予定日を6日過ぎたAM3:00生理痛ぐらいの痛さを感じ、トイレに行くとお血。しばらく様子をみて、10分間隔で痛みを感じたので、ヤ

ナセさんにT e 1すると、すぐ来てつというところで、A M 4 : 15ぐらいに入院。和室しかあいてなくて、ちゃんと産めるのかドキドキしてたりしました。朝8時に内診で4 c mで、「まだそんだけえ〜」なんていつてた10分後、全開に8 : 20にb a b yたん生。しんじられませんでした。4 c mなのに10分後には、いきみたくて、そんなはずないとか、とまどう中、「もおー、いきもうかなあ〜」って言われ、うそ”もおーいいのおく。心と体がバラバラな気分でした。和室でちゃんと産めるかなあ〜なんて、いつてるヒマもなく、ちゃんと和室で出産しました。とってもいい経験ができました。ヤナセ先生、婦長さん、スタッフのみなさんにかこまれて出産でき、とつてもうれしかったです。優しい言葉をかけてくれて、安心して出産できました。

私は今回2回目の出産で、実家の方で産むことにして病院を探していたら、ある方に「ヤナセ産婦人科はとにかくいいよ、出産してみたらよくわかるよ」と教えていただきました。

1回目の出産の時の思い出があまりよくなかったのですが、今回こちらで産ませていただくことになって、先生や婦長さんやスタッフの方々の温かい言葉がけや配慮に驚いたのと、感激しました。私は出産前少量の破水をして、出産の2日前から入院したのですが、こんなに出産を楽しみにできて、入院生活が心地良く思えるとはおもいませんでした。促進剤を飲んでもなかなか陣痛がこなくて焦っていたら、婦長さんに経験談を話していただき、「焦らなくていいよ」と言って頂いて、ほっとしていたら何と次の日の朝に自然陣痛がきて、出産できました。出産の時も先生と沢山のスタッフの皆さんに見守

られて、主人にも手を握ってもらって*以前の出産では

考えられない環境で。。。「いたれり、つくせり」で（ア

ロママツサージなど）主人も私もとっても心強くて安心

して、楽しみに出産できました。「3人目もし出産する

なら、絶対こちらでお世話になりたいね」と主人と話し

をしました。とっても感激して、気持ちにゆとりのもて

る出産で、赤ちゃんにとっても私にとってもすごくいい

思い出になると思います。みなさんに感謝の気持ちでい

っぱいです*ありがとうございます。育児頑張ろうと

思います。

p. s. 破水して入浴ができなかったので、アロマで足

浴をしていただき、ぐっすり眠れました。出産後も母乳

の事で色々相談にのっていただき、ありがとうございます

でした。1人目の時、ばんばんにはっていたおっぱい（痛

かった）が、今は柔らかくなっています。安心して帰宅

できます。

予定日まで、まだまだ1ヶ月もあるのに突然の破水！破

水がどんなものかよく分からずに、とりあえず病院に電

話をして即入院となりました。

念の為、入院の準備はしていたけれど、心の準備が整っ

ていなかったもので、すごく不安でしたが、先生をはじめ

スタッフの方々が緊張をやわらげてくださり、最高の環

境の中、初めての出産に望むことができました。夕食後

LDR室へ入り、陣痛が強くなり、主人や母が背中を押

したり、一緒に呼吸法をしているのが分かり、出産は一

人ではできないものだと思えました。長い陣痛の

後、子供の産声を初めて聞いた時には言葉にできない程

の感動でした。

よく出産の例え話で、「鼻からスイカを出す感じ」と聞きますが、私の場合は子宮口が全開していないうちに子供が出ようとしているので、イキむことを我慢しなければならなかった事がすごく辛かったです。

最後になりましたが、先生をはじめスタッフの方々、本当にありがとうございました。（調理担当の方、毎日食事を楽しみました）

茂川さん、がんばって下さいね！きつとステキな助産師さんになれると思います。お世話になりました。

1人目が早めに産まれたので、今回（2人目）予定日を10日すぎ、促進剤を使うことになるとは思わず、知識もないし少し不安でした。

でも、入院してから薬のことなど、ていねいに説明してもらい、服用後の様子を細かくチェックして来てくれて

いたので、落ち着いてすごすことができ良かったです。無事に陣痛がつき、その進み方の速さに驚きつつも、1人目のときの自分と比べれば、ずい分落ち着いて産めたなーと思います。赤ちゃんのお世話も必死で余裕のなかった前回と違って、今回は割と楽しんでできるようなった自分にビックリです。

お産というのは1回1回、それぞれ違う発見があるものなんだなあとつくづく思いました。

先生やスタッフの皆様、ずっと付いてくれた学生さんの優しさ、頼もしさはとても心強かったです。ありがとうございます。

入院中、前回より快適にすごせたと思う点多々あり、産む人の気持ちをよく考えてくれてるんだな、と感じました。

もう忘れかけてしまいましたが、新生児のかわいさ（面

白さ?)は格別ですね!!産んで良かった!

今回は3人目の出産でした。予定日の次の日に朝から何

ともなかったので、健診に来て“子宮口1cmぐらいかなあー”と、さちこ先生に言われて、これはまだかなあ

ーと思っていたのですが、夕方ごろから急に痛くなってきました、様子をみていたのですが、3人目は痛くなってきたら早いよ!と言われていたので、夜、7時ごろ病院に電話をしたら、来て下さいとの事だったので、入院の用意を持って病院に入りました。それから、あれよあれよという間に破水して、子宮口全開で出産してしまいました。

3人目は、早いというのは本当でした。

痛みも最後の最後だけという感じで、本当に安産で良か

ったです。

3人とも、さちこ先生と高野さんやスタッフの皆さんにお世話になって、無事出産できたことを嬉しく思います。本当にありがとうございました。

出産予定日を1週間過ぎ、子供の推定体重が大きい事もあり、誘発で入院しました。1時間して1錠づつ薬を飲み順調に効き、子宮口が10cm開き、いきみにGO!がかかったのですが…。2.3時間で産まれると思っていたら…いきみ始めてから4時間半近くかかって出産となりました。

途中からいったいいつになったら赤ちゃんが出てきてくれるのかな…こんなにいきんでるのに出ないのはな

ぜ??ちゃんといきめてるのかな…、いろんな不安がおしよせてきて、情けない気持ちでいっぱいになりました。弱音を吐き続ける私に、先生やスタッフの方々が何度も励ましてくれ、やさしくしていただいたおかげで、最後までガンバルことができたと思います。後から思いかえずと、とてもはずかしく思うのですが、こんな私にやさしく接していただいた事を本当に感謝してます。入院中、スタッフみなさんに毎日やさしくアドバイスを頂き安心して退院する事ができそうです。出産は辛かったけど、ヤナセさんで出産でき、私の中ではステキな思い出ができました。本当にありがとうございます、これから始まる育児を気負わず、楽しんでいきたいと思えます。(食事もとくてもおいしくて、大満足でした!!)

乱筆ですいません。

私の妊娠は実の母とのガンとの闘いから始まりました。上の子から6年間離れやつの妊娠で喜んでいた時、悪い知らせも耳に入り、嬉しいのやら悲しいのやら…、おなかも大きくなるにつれて泣く回数も増え、10カ月間心から笑う事もなく、おなかの子には申し訳けなかった感じでいっぱいでした。でも、健診中、一度も心配する事なく大きくおなかの中で育ってくれ、無理な生活でも破水もなく早産もなく、なんか今の私の状況をわかってるかの様に… 8月15日の予定日を目の前に、8月12日に母が天国へ行ってしまう、その日の晩に陣痛が始まり何が何だかわからなく入院に、婦長さんや幸子先生には前もって母の事は伝えてあった為、皆さんが私の為に母親がわりになる様な(和)でのお産となり、涙・涙の感動の連発で主人も私のかなしみを忘れさせる様にいろいろの協力、立合、母の告別式など、本当に皆さん

に協力、助け合ってもらった感じがしています。(和)
での出産は初体験でしたが、家族ができて、3人が近く
感じ寄り添えるいいお産でした。母には見せる事ができ
なかつたですが、母の生まれ代わりだと思い、この子を
大切に育てていきたいと思っています。それと家族を大
切にしていきたいです。皆さんに助けていただいて感謝
しています。ありがとうございます！！

8月13日早朝、軽い腹痛で目覚めました。トイレに行
くと少し出血していたので、「これがおしるしなのかな
あ」とボンヤリ考えていました。下の方のおなかの時々
「キュー」と痛み出したので、「もう少し痛くなったら
病院にt e iするワ」と家族に言いつつ、シャワーをあ
びたり昼食をとったり入院準備をして、痛む感じが10
〜15分おきになったので病院へ連絡、内診してもらっ

と子宮口6cm開いているとのことで、PM2:00に
入院、「夕方には産まれるかな」と看護師さんに言われ
て、「え！そんなに早く？」とおどろいていたら、どん
どん陣痛が強まってきて9cm開いた所まではあつと
いう間だったのに、そこから1cmまでがなかなか陣痛
が強くならず、このまま強いいきみが無かつたらイヤだ
な〜と思っていたら、看護師さんのアロママッサージが
急に効果を表しだしてバタバタつとあつという間に
出産。スタッフの方々のはげましや呼吸を一緒になつて
してくれた事が最後まで冷静に出産をむかえられたの
だと思えます。「頭が見えてきたよ。見える？」と言わ
れて、のぞきこむと髪の毛がみえたり、とり上げられた
赤ちゃんのへその緒がけっこう太くて長いんだなあと
か。痛みで夢中だったのに、冷静な自分がいたのだなあ。
と今振り返ってみると本当に良いお産が出来たと思っ

ています。

今回は2度目の出産でした。

初めての出産では痛くてさげんでパニックになったし、でも産まれた時の感動もすごくていろんな思い出となり、2年後、今回また出産をむかえました。

やっぱり2度目でもおなかが大きくなるにつれて、だんだんこわさが出てきました。でも予定日の前日、軽い痛みからはじまって、まあまあ強めの痛みになったかな：って頃に病院へ行くともう子宮口は8cmで、しかももうすぐ産まれると言われて信じられませんでした。

それからは1時間半後には赤ちゃんと対面することとなり、痛いのは同じだったけど、短時間で出産できたので産後も元気でよかったです。

痛みはつらいけど、やっぱりあの達成感忘れられませんが。和室での出産も自然で満足した出産となりました。

ありがとうございました。

私は初めての出産で正直、何がわからないのかわかりませんでした。周りに同じ頃、出産予定の友達や少し前にママになった人がいたので、不安ではなかったのですが、出産予定日の10日前おしるしがあった時、初めて赤ちゃんのコトの勉強を始めました。

お腹が大きくなってきたのが遅かった私は、陣痛がくるまで妊娠しているという実感がなかった様な気がします。

なので赤ちゃんが生まれた時、すごく不思議な気持ちになりました。そのとき、赤ちゃんを見てカワイイと思え

なかったのですが、入院しておっぱいをあげる様になつて、飲んだ後赤ちゃんがニコツ*ってした時、めっちゃカワイイって思いました。

自分が親になるなんて、まだ夢みたいだけど、これから先赤ちゃんの成長と共に自分も成長していけたらいいなアって思います。

今回、三人目のお産は「ぜひ上の子たち2人（6才と3才）にも立ち合ってもらいたい、家族で赤ちゃんをむかえたい」という願いがありました。

ちようと和室でファミリールーバースができるというので、とても楽しみにしていました。

朝や昼のお産をイメージしていた私ですが、陣痛がきたのは夜、上の子たちをねかせた後のPM10:30ごろ

からでした。病院に電話し、子供たちと共に11:30ごろ家を出ました。

病院につき、内診の結果、子宮口の開きは8cm、その後もそれ程強い痛みもなく、わりと楽に子宮口全開まできました。三人目だから楽なのかなと思っていたら、大まちがい。生まれるまえの強い陣痛は同じでした。しかも今回はお産中に右足がつつてしまい大変でした。でも婦長さんやスタッフの方、主人や母父娘たちみんなのおかげで最後まで頑張ることができました。（AM4:39無事誕生）赤ちゃんがでてくる様子を見ていた上の子の第一声は「かわい〜い！」でした。それを聞いたとき、立ち合わせてよかったなと思いました。

下の子も目がさめ、へそのおがついた状態で赤ちゃんをみることができました。苦しいお産をのりきって、無事元気な赤ちゃんを出産できたこと、和室での自然なお産

で、家族と共に赤ちゃんをむかえられたこと、とても満足
のいく、いいお産でした。

これも先生、婦長さん、スタッフの方々の支えがあった
からこそです。

本当にありがとうございました。ヤナセを選んでよかつ
たです。

今回、2人目の出産で、長男の時に続いてお世話になり
ました。

今回の1番の不安は、「陣痛がきてから出産するまでの
長男のこと」でした。でも、都合良くパパの休みの日曜
日に陣痛がきたので、面倒を見てくれる人が確保できた
とホッとしつつ、家族3人で病院に到着。

LDRは和室を選びました。長男のことを考えて、「畳
の上に居させれば私の側でおとなしくしてるかも。」洋
室のLDR室より狭いので、「少なくとも走る回って邪

魔になる状況は避けられるかな。」という気持ちからで
す、私自身は、和室に対してベッドの柵のように手で握
れるものがないと不安でした。でも、大きなクッション
が枕になってその両端を握りしめることができたし、ク
ッションの下にはパパがあぐらをかいて足を入れ支え
てくれたので大丈夫でした。長男は私の希望通りに、パ
パの隣り〓私の枕元でじっと立って？座って？いてく
れました。(今回は全く長男の方を向かなかったので、
見ていません。)スタッフの方々が長男にも気を配って
下さり、私をうちわで仰ぐ？、私の汗を拭く、等、
長男に活躍？の場まで与えて頂けて、本当に有り難かつ
たです。

安産で病院到着から3時間半で待望の長女誕生。2人目
は感動が薄いかもと心配していた。パパは、「和室だった
から、赤ちゃんをより間近で見れたし、自分が出産に協

力したとの実感も強く、誕生の瞬間は前（長男の時）より感動した。」と言ってくれました。

長男も「赤ちゃんっつー！」と嬉しそうに大声で言っへその緒がついたままの姿をじーっと見ていました。その後、赤ちゃんのお腹を産着の上から長男がちょこんと触って、照れ笑いを浮かべてすぐに手を引っ込める姿を見て、2才半になり自分よりも小さな存在の誕生を何となくでも、今一瞬だけでも受け入れてくれたかナーという気がして、私は本当に幸せな気分ひたることができました。今回も大満足のお産を終えることができました。これから、2人の子供が仲良し兄妹になるように願って、改めて育児に励もうと思います。

出産、入院の際には2人の先生方や高野婦長さんや寺澤さんをはじめ、他の看護師の方々、そして実習生の蓮實さん、本当にあの時はお世話になりました。私は7月21日に予定日より10日遅れて8年ぶりに第2子を出産しました。上の子の時は里帰り出産でしたが、今回は上の子の都合もあり、ヤナセクリニックにてお世話になる事になりました。予定日より10日過ぎたと言う事で、先生と相談して内服薬で誘発していただく事になりましたが、なかなか陣痛が強くならず、続いて点滴をしていただく事になりました。（その間に入らせていただいたアロマバスは初めての体験でしたが、とても気持ちよくて印象的でした。）

それから2時間経過して、本格的な痛みとなり、痛みだしてからわずか2時間足らずで無事出産する事ができました。いろんな面で、不安だらけの私でしたが、沢

山のスタッフの方々に、そんな不安を受け入れていただき、励ましや応援していただきながら、とても心のこもった介助の中、なんの不安もなく、感動的な出産を体験する事ができました。本当に皆さん親切な方ばかりで、私にとって忘れられない出産となりました。本当にヤナセクリニックにしてよかったです！！どうもありがとうございました。

主人の転勤で妊娠6カ月で三重に来ました。里帰り出産も出来ず、近くに身内もない中での出産なので、病院だけは良い所で…と思っていると、同じ社宅の妊婦さんに紹介してもらってヤナセさんに決めました。初めて検診に来た時から、理想に近い産婦人科（女医さ

ん、家族の協力、あたたかい、やさしい、雰囲気、個室がある）だと主人と2人で喜んだのを覚えています。30代後半の出産（初産）なので、とにかく不安が大きくて、家族的であたたかい雰囲気が出産したいと思っていました。当日は和室のLDRでした。陣痛が始まってから主人もずっと付きそってくれて、15時間も寝ないで2人で頑張れました。最初は和室でどうやって産むの？！と思ってましたが、最後に産声を聞いた時は、2人でしっかりと抱き合っていました。一人で産んだというより、二人で産んだという気持ちですごく感動しました。これがヤナセさんという“ファミリーブース”というものなんだとあらためて思いました。ありきたりな言葉ですが、本当にヤナセさんにして良かったと心から満足しています。

私は今回2人目の出産でしたが、本当にいいお産ができました。お腹の中ですくすく育った娘は、いつ産まれてもいい状況でした。そしてなんと台風16号接近中に動き出しました。夜11時頃から翌朝4時まで待ち、雨風が止んだ時入院しました。アロマ風呂でリラックス、スタッフの方に階段の昇り降りもつき合っていたりしながら、そのときが来るのを待ちました。台風がさったあとの素晴らしい朝日と海を眺めながら、頑張ろうと！！でも、暑さと睡魔におそわれて微弱陣痛の中マッサージ、アロマのいい香りのする冷たいタオルで汗をふいていただき、いたれり尽くせりの中、先生、スタッフの方に見守られながら、やっと産声を聞くことができました。

“大感激！！”3歳の娘はうちわであおぎながら応援してくれましたが、主人は仕事でちよつと間に合わなかったのが残念でしたが…。1人目の時は別の病院に夜中に破水して入院。陣痛促進剤を使って夜中10時15分、静かな中での出産だっただけに、今回は時間はかかりましたが、自然の流れの中で多くの方に支えられ、本当に幸せでした。ヤナセクリニックさんで本当にいいお産ができたこと、感謝の気持ちで一杯です。有難うございました。心をこめて…

前日の検診で子宮口もやわらかくなっていると診断されて「もうすぐなんだよ」とドキドキしながらその日1日を過ごしました。次の日の予定日の朝を迎え、朝食の

準備中に破水した感じがあり、病院へT e lし、主人と

2人でドキドキ、わくわくしながら行きました。診ても

らったら、本格的な破水ではないが、念の為入院。陣痛

もなかったのですが、その日のヨガにも参加させてもらって、

少しでもお産が楽になるようがんばった。その後、お部

屋で過ごしていると破水をした。おなかの痛みは生理痛

みたいなのが時々くる程度。夜の10時半ごろには5分

おきくらいの陣痛が来るが子宮口は5 c mくらいしか

ひらいてなくて、2時ごろにはガマンできないほどの痛

みが：主人や看護婦さんに腰をさすってもらいなが

ら痛みにも耐えて、 a m 5 : 4 7に女の子が元気に誕生

しました♪私たち家族にとつて待望の赤ちゃんだった

ので産まれてくれて本当にありがとっと思って思う。

妊娠中は大きなお腹で大変な事もあるけど、赤ちゃんの

ねんねしている顔をながめると、とつても幸せな気分

になります。

出産日(8/27)は予定日(8/30)前の最後の検

診日でした。朝におしるしがあり、内診してもらおうと子

宮口が3センチ開いていましたが、まだ陣痛がないため

「歩けなくなるぐらい痛くなったら来て」の言葉をうけ、

一旦帰宅しました。午後になると7〜12分間隔ぐら

い痛くなってきたのですが、歩けない程の痛みではない

ためなんとなく「早くて深夜、まあ明日ぐら

いの出産かな」とのん気にかまえていました。16時頃、電話で病

院にそんな状況を伝えたところ、家が近いこともあり

「5分間隔になったら連絡ください」とのことでした。

17時半頃、5分間隔になり病院へ。内診してもらおうと

子宮口がもう9センチも開いているとのこと。L D R和

室へ直行しました。「あと2〜3時間で生まれる」の高野婦長の言葉にあわてて会社（伊勢）から病院へ向かうダンナ。18時半頃、夕食が出され、けっこう食べれそうな感じでしたが、「お産に吐く人もいる」との話聞き、控え目に。19時前に子宮口全開。しかしまだダンナは到着せず、「早く来てー」と心の中で叫んでいました。19時半頃、ようやくダンナが到着。その後は「早く出てこい、出てこい」と必死にいきみました。21時40分無事に女の子が生まれました。立会ってくれたダンナ、外で待っていてくれた義母と母、病院スタッフの皆様は感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございます。

私は2人目の子供の出産だったのですが、上の子とは8年ものブランクがあり、体だけが経産婦。忘れていることだらけ…。

今回もつわりがひどく、点滴も何度かし、最後まで気持ち悪く、ずーっと吐き続ける毎日で精神的にも結構不安定になり、家族に心配をかけ、家の事も手伝ってもらいました。そんなことと反比例するかのように私の体重は増えておなかも大きく、子どもはスクスク育っていったようです。臨月に入った頃にはすでに3000gはあるといわれ、「いつ産まれてきてもいいね」と先生ともいつでしたのですが、予定日間近になってもでてくる心配すらなく…。「もうでてきてもいいんだよ」と家族のみんで声をかけてもダメ…。予定日をすぎた日に入院することとしました。誘発のお薬を飲み、アロマのバスにも入り、徐々に陣痛もついてきましたが、なんだか弱く、

子宮口もなかなか開かず：主人にもずっと立ち合ってもらい、夜中じゅう苦しみました。12時間近くかかり、3855gの男の子を無事産むことができました。体重を聞いてびっくりしましたが、何よりもスタッフの皆が夜中じゅう私の痛い体をさすってくれ、もともと足のむくみもひどく、いざいきむ時と足がつって痛くてできないと、両足を楽になるようアロマでマッサージ。何度もなくめげてしまいそうな気持ちを声をかけてもち応えさせてくれました。産まれてきた時は、その時立ち合って下さったスタッフのみんなに産ませてもらったといった感じでした。とつても幸せな出産ができたと感じています。

20日の夜10時位から、10分間隔でお腹が張り始めたのが私のお産の始まりでした。その後、寝ようと思っただのですが、張りが気になり眠れず、結局21日朝の4：30に入院し、子宮口は固く1cmしか開いてませんでした。前回、別の病院で帝王切開をしたため、子宮に負担をかけられないということで、子宮口を柔らかくする注射をし、陣痛が強くなるのをひたすら待ちました。しかし、10分間隔はなかなか縮まらず。そして、日が変わり、早朝4：00位から陣痛が強まり、和LDRへ。その時、子宮口は5〜6cm。「まだそんなだけ？」とかグチをこぼすと、ずっと寝ずに付きそつてくれた主人が、「やっとここまでこれたやないか。もう少しやでガンバレ」の言葉に気持ちを切り替えました。陣痛が来るたびに苦しくて、苦しくて、息を吐くのが大変。でも、少しですがヨガに行ったせいもあって、自然に呼吸

ができました。赤ちゃんがなかなか下がってこなかったみたいで、長い間、いきみ逃しをがんばりました。その間、幸子先生、高野婦長、主人の励ましが、とても力になりました。幸子先生の「いきみたかったらいきんでいいよ」の言葉で、少しづついきみ始め、「ここに力を入れて」と高野婦長の誘導がとてもわかりやすかったです。そして本格的に産む体勢になって今までいきむのを我慢してたぶん、思いつきりいきみました。何回いきんだかわからないけど、幸子先生の「上手よく。もう1回がんばれ！」といきむ度に言って下さって、とても落ち着きました。そして、AM 11:48、元気な男の子が誕生しました。長かったお産、前帝王切開だったため、自然分娩ができるのかという不安もあり、涙が出ました。無事に自然分娩できたのは幸子先生、高野婦長のおかげです。本当に感謝の気持ちでいっぱいです!! ありがと

うございました。そして、パパ。寝ないですつと励ましてくれてありがとう。勇気づけてくれてありがとう。

予定日より10日前に「おしるし」がきて、少々破水していたので入院しました。お腹の痛みは生理痛の様な感じでした。次の日の朝9時から陣痛促進剤を1つずつ飲み始めました。3〜4つ目位で効いてくるかも〜と言われていて、本当にその通り、ちよ〜どお昼頃「激痛」が来て、昼食がほとんど食べれなくて残念でした。30分後に内診したら、子宮口が結構開いていたので、LDR（和）に入りました。（和）は初めてでしたが、激痛と早く産みたいと言う気持ちの方が強かったせいか、どこでもイイと思えました。先生やスタッフの言う通りにしていました。LDRに入っすぐ何回か頑張ったら「もう頭出てるよ〜」と言われて〜もう少し頑張ったら産ま

れたので、「え〜っ！もう産まれたの〜!?」って早く驚きました。少し小さかったですが、8月18日生まれ、元気な男の子で良かったです。私自身も超安産で良かったです。今回は三重大生の方が入院時からお世話をして頂いていて、とても助かりました。出産後、背中や腰がすごく痛かった時、アロママッサージを時間を掛けてして頂きました。これが私にとっては最高に気持ち良かったです。又、色々な面でも気を掛けて下さったりして、スタッフ同様でした。

お食事もとても美味しく、朝昼夜が楽しみです。ヤナセクリニックから退院するのが残念な位ですが…、先生、スタッフの皆様、学生さん、本当にお世話になりました！ありがとうございます！

今回が2人目の出産と言うこともあり、早く産まれて来るかも…という予測とは違い、結局予定日の前日に産まれて来てくれました。

前回は「あれ？痛いかな？」と思ってから「5時間足らずで産まれたので、今回は気をつけなくちゃと思っていました。

昼の12:30になくんとなく痛みを感じ、下痢かなあ、腰痛かなあと間隔をはかってみると、10分位だったので、外出先からあわてて帰り、病院にT e l しました。

そして2時ごろに病院に着いてから、あれよあれよと言う間に進み、4時過ぎには産まれました。前回は先にお産が進んでいるにも関わらず、入らせてもらいました。

陣痛は痛いけど、アロマバスは気持ち良かったです。極期になってからは、「こんなに痛かったっけなく？」と思ひ、かなり弱気になってきた私を看護婦さんたち、先生、皆さんで励ましてくれたり、マッサージしてくれたり、本当にありがたかったです。どんな様も付きそつてくれ、一生懸命マッサージしてくれたのはうれしかったですが、やっぱりプロの方のマッサージはつぼを得てました！

産まれて来てくれた大切な宝物、家族みんなで大事に育てていきたいなと思っています。

私のお産は予定日より2日遅れの出産でした。予定日前日の検診では、子宮口もまだ開いておらず、かたいため、

1週間何もなければ入院の予定でした。しかし、予定日の夜9：00頃から軽い生理痛のような痛みがありました。たが、とりあえず眠る事にしました。12時を過ぎた頃から痛みが少しくなり、午前4時頃にトイレに行くとおしるしがありました。そこから時間をはかってみると、10分間隔、病院へ連絡をし、午前6：15に入院しました。しかし内診をしてもらったところ、子宮口はまだかたく、まだ1cmほどしか開いておらず、子宮口をやわらかくする注射をしてもらい、陣痛をつけるための薬を1時間おきに6錠までのむ事になりました。その間、階段を登ったりおりたりと少し歩きました。そして4錠ぐらいの頃からどんどんと陣痛が強まり、あまりの痛さに「もうお腹切って下さい！」と言ってしまいました。LDRに入ってからまだまだ子宮口は4〜5^{cm} 40分後には8〜9cmまで開きました。陣痛の間、ずっと

マッサージをしてもらい、とても気持ちよかったです。そして呼吸法やいっぱい声をかけたりしてくれたので、とても安心しました。

そして子宮口は全開になり、みんなが応援してくれる中で、元気な産声をあげるとびだしてきてくれました。途中で、何度もくじけそうになりましたが、みなさんのはげましがあったからこそ、がんばれたと思います。本当にありがとうございます。ヤナセクリニックで出産して本当によかったです。ずっと寝ずに私について応援してくれたパパ。本当に×2嬉しかったです。ありがとうございます！私たちのかわいいBabyを大切に育てていこうね。

2004年9月ご出産

9月6日(月) P M 3 : 13にやっと私たちの赤ちゃんを産む事が出来ました。

2日の日に10分間隔で痛んできたと思いい病院へ来たからおさまって…、5日の夜中にも5〜10分間隔で痛んできたのに、2〜3時間後にはおさまったの繰り返しで、スクワットとか階段の登り降り頑張っても、3cmから開いてもこないし、下がってもこなくて、夫と決めて誘発してもらおう事にしました。点滴を始めたらドン×2痛くなってきた、痛みのない少しの期間は自分の中で、意識がなくなっていくのが分かるぐらいでした。産まれる前から夫が、私の頭の上で泣いているのが分かって、赤ちゃんが出てきた時は「ちゃんと産めてよかった

*」っていうのと「ありがとう」の気持ちで、いっぱい泣けてきました。本トに想像よりも辛かったし、産後もおしもが痛くて座れなくて、歩けなくて辛かったけど、いっぱい泣いておっぱい飲んで寝ている赤ちゃんを見るだけで、スゴクいやされます*生まれきてくれてありがとう*これからいっぱい楽しい事しようね**
全てが初めての経験でしたが、無事、元気な男の子を出産することができ、先生・スタッフの皆様に変感謝しています。

妻は看護師をしており、妊娠8カ月まで日勤・夜勤と今まで通り仕事も頑張ってくれました。「早く休みたい」とよく漏らしていましたが、いざ産休に入ると毎日時間を持って余していたようで、私が仕事から帰ると、「今日も退屈だった」とふくれていました。10カ月という長い妊娠期間をどのように過ごすか、とても大切だと感じ

ました。もちろん赤ちゃんの為もありますが、母親がよりリラックスして日常生活を送れるよう、誰よりも近くにいた父親の協力が欠かせません。

私の場合、「男はホンマ楽でええな」と言わせてしまいました。が…。

「父親としてこの子を立派に育てていく事があなたを大切に育ててくれた両親への親孝行ですよ」親戚のおじさんから、このようなお祝いのメッセージを頂きました。頑張ります。ありがとうございます。

今回、2人目の出産で前回は違う産院でしたが、友達にヤナセで出産した時の話を聞いて、ぜひ私も利用したい

と思い選びました。私の2人目は、予定日が9/9で、なんと1人目（現在5才女の子）と予定日が同じ日だったのです！！2人目は予定日より少し早く、9/5出産だったので、2人目も5日に産まれたらおもしろい*：*と思っていました。ところが2人目の出産にすこし気分が楽になっていたのか、5日になっても出てこず、とうとう予定日9日になった日の朝…何の変化もなくしづぶ病院へ検診に行きました。いつもどうりニコニコ幸子先生に見てもらい一言！！

『早く出てくるようにおまじないかけとくでなあく』これが、後に私の中で名言になりました！9日も終わっていかうというPM11：00すぎ、なんか変…ん”く？！っと1時間様子を見て、絶対じんつう…ヤナセへTELし、そこからがあれよあれよという間に2時間もかからず無事出産！！結局9/10AM1：37出産の

3235g男の子でした。出てくる直前までは、まだお腹の中では私の腹を蹴りまくりだった我が子の顔をやっと思えた時は、この10カ月間がうそのようでした。

その日は、私の他にも出産の方がみえて、幸子先生も川口先生も夜中なのにおおいそがしみたいでした。検診の時は考えてもなかったけど、寝る間もないほどの仕事っぷりに、きつとこの仕事が好きなんだろうなあと思いました。そして、そんな先生方のいる産院で産めて本当に良かったと思いました。

とても良いお産が出てきて幸せです。ありがとうございます。また。

ちなみに予定日まぢかの方…幸子先生のおまじないは、まじでよくよ!!あの笑顔も一緒に安心して出産できますヨー!!

予定日を6日過ぎ誘発入院しました。病院に着くと先生の内診を受けました。すると、「おしるしが出てるよ。」

と言われてビックリ。このまま陣痛が来るのを待つか、薬で助けてもらうか悩みましたが、赤ちゃんの大きさも3200gはあると言われていたので、少しお薬で助けてもらう事に決めました。その後、病室で1時間に1錠ずつ薬を飲み、2・3錠目あたりから少しずつお腹もはってきて、痛みがきました。4錠目でかなり10分おきに強い痛みになり、子宮口が6cm。5錠目で薬はSTOPし、子宮口がイツキに9cm!!ビックリで急いで(和)LDR室に行きました。川口先生、高野助産師さんの強いサポート、アドバイスのおかげでうまく呼吸といきみができて、LDR室に入って50分で赤ちゃん無事誕生**スピード安産で赤ちゃんにもあまり負担がかかりませんでした。

立ち合いは主人と決めてたけど、仕事から間に合わず少し残念でしたが、お母さんが立ち合ってくれてリラックスできた気がします。1番辛い最後の陣痛も「もうすぐ赤ちゃんに会える」と、気持ちを高ぶらせて乗りきれました。赤ちゃんをすぐに抱かせてもらえて感動で泣いちゃいました。会陰切開もせず安産だったのですが、出血が多量で子宮がなかなか戻らず、点滴と肩に注射をし、おへその下を強く押されて血液を出し、出産した後の方が痛い思いをしてしまいました。

先生方ができかくな処置をしてくださったおかげで、なんとか出血もおさまり、本当によかったです。

この日にはお産の方が4人かさなったらしく、(和) LDR室にはお産の方が4人かきました。希望で(洋) LDRだったからこそ、スピード安産で会陰切開せずにできたと思えるので、たたみはおすすめです。

おしるしがあつて二日後のことでした。予定日には一週間以上早いし、まだだろう!!!と思つてのんきに買い物に一人で出かけてブラ②歩いていたとき急に生理痛のような痛みが来てヤバイ?と思つたけど、すぐに消えていったのでその後も一時間くらいブラ②して家に帰りました。帰つてからもちよく②同じ様な痛みが来たけど、時間なんて気にせずに「お夕飯つくるのめんどいなあ」なんて思っていたら旦那様が帰宅←←時間を計ることに... そうすると、30分から20分そして10分とどんどん早くなつてきてビックリ!?すぐに病院に電話したけれど、「もうちよつと様子みてみる?」と言われましたが、「いく!!!!!!」と押し切つて病院へ→

着いて内診してもらつた所、まだ2cm。一回帰る?と言われましたが、「いる!!!!!!」と押し切りいさせてもらう事に。(ワガママばかりですみません) 病院に

着いたのは12時だったのに、4cmに広がってくれたのは明け方の4時〓3それからなか②進行せず、イラ②と寝不足で逆に間隔が広がってきてしまったので、看護婦さんの指導の元、椅子や地べたに座ったりしてみましたが、一番効いたのはアロマバス☆痛かった腰も和らぎ、陣痛促進になりました*アロマバスが終わった後、私の出産は一時間くらいで終わりました→トータルで17時間かかった私のお産!!最後はあつという間に終わったけど、一生心に残るものだったです☆それもこれも紹介してくれた友達、助産婦さん、院長先生、家族のおかげだと思っています。これからお産をする方!和室の立ち会い出産をしてみたい☆私は旦那様の事なんでもわかっているつもりでしたが、今回の出産で知らなかった一面がたくさん知れて、ほんとおくによかったです!あと、入院中はたくさん看護婦さんにいろんな指

導ありがとうございました☆自分では頑張ろう②としすぎて、うまくいかないと泣いてしまってほんとおにはずかしいです。

「みんな最初は初めてなんだから!!」という寺澤さんの言葉で肩の荷がおりたようになりました。ほんとおにいい経験ありがとうございました。

そして、お母さん(おばあちゃん)ほんとにおおにありがとうございました。

海斗くん!これから家族3人で頑張っていこうネ。

予定日より8日過ぎたので誘発入院する事になり、錠剤を飲み最後の6個目で陣痛へと変わっていきました。でも吐き気と少し熱が有り、「痛いく!」ってさげぶ元

気も出ず××× 少し強目の陣痛が来た後は必ず吐いて、LDRへうつった時もぐったり… 陣痛も10分間隔ぐらいでゆつくり子宮口が開いていきました。

いきみたい気持ちもまったくなく、強い陣痛でも無く、このままいくと自分の体もつかれてくるとの事で、点滴の様子を見ながら薬を投入してもらいました。

そうすると陣痛の間隔も短くなり、でもいきんでる間は「私に産めるのかな…無事に産声を聞けるのか…?!」

と不安になりました…でも、みなさんのはげまし、いきむ時にはずつとそばにいてくれた婦長さん、看護師さんの手助けですごく心強く、本当に感謝！です。頭が出てきてからは本当にすごい早いペースで待ちに待った誕生でした！でも余裕が無く、目をしっかりあけてみれなかったのが残念だったかな… 2人目の時にはしっかり誕生の瞬間を見たいです。出産してからはウソの様

に痛みも無くなり、吐き気もないし、とても元気で自身びつくりしました。これから出産される方、やはり痛いけど本当に痛さって忘れるものだと思います。

私もこわかったけど、先生や婦長さん、看護師さん、助産師さんみなさんが本当にはげましてくれるので、ガンバってお産をむかえて下さいー！

LDRも病室もGOOD！だし、みなさんやさしいし、本当に良かったです。いろいろありがとうございました！！

30代半ばで初産の私は、ちゃんと出産できるのかドキドキの日々を送っていました。出産日の前日検診があり、「子宮が4〜5cm開いてきてるので、いつ産まれ

てきてもおかしくないヨ」と先生に言われていたのですが、定期的な陣痛がなかったので、自宅でのんびりすごしていました。そうは言っても1人で自宅にいるのは心配…と、実家の父に迎えにきてもらうことになり、入院準備をし、さて、と立ち上がった時、突然の衝撃。子宮

がガクンと落ちる感じがして破水。大急ぎで入院となりました。診察時にはもう子宮口が8〜9cm開いていて、車イスで2F〜5Fへ移動。LDRに入室となりました。

痛いし、えらいし、鼻から呼吸がうまくできず、赤ちゃんにも苦しい思いをさせていたようですが、先生、スタッフのみなさんのおかげでおれよあれよという間に出産。分娩時間1時間41分と安産でした。あまりの早さにお父さんは間に合わなかったけど、無事出産できて安心したようでした。

不安でいっぱいだった10ヶ月でしたが、先生、スタッ

フのみなさん、家族や友達、職場のみなさんの協力のおかげで無事出産できたんだと思っています。感謝感謝でいっぱいです。

みなさんありがとうございました。ホントにありがとうございます。そしてこれからもお世話になります。

平成16年9月27日AM4:12 2885gの女の

子を出産しました。2人目のお産なので予定日(9月22日)より早まるかな…と待ちに待っていたのですが、のんびりやさんでした。でも、陣痛が始まってからは、ものすごいスピードでびっくり。AM2:08実家でおしるしがあり、ヤナセクリニックに着いてから1時間半もせず誕生してくれました。初めてのお産の時は、

陣痛が始まってから20時間ちかくかかっていたので、予想外の展開。パパは自宅にいたので早めに連絡ついてよかった…。バイクで急いで来てくれたので立ち合ってもらえました。やっぱり応援してもらえただけでも心強いなと思います。痛くて目をずっととじてしまっていたけど、先生や看護婦さんの声がきこえると安心して頑張れました。元気に産まれてくれてなによりです。ありがとうございます。前日にSVLXのウルトラマンショーをうえの子に見せに行ってたから、赤ちゃんも刺激を受けて出て来たのかな！？

予定日の4日前、陣痛待ちという状態だったけど、まだ2と全然心の準備をしていませんでした。夜中の12時

くらいから陣痛の様な痛み？があつて、おりものが以上にふえた…。もうすぐかなー？と思いつつ、1時間から40分で軽るい陣痛。朝になって念の為病院におりものが以上に多いとLHしたところ、とりあえず入院の準備をして来るように言われたので行くと、なんとおりものではなく、「破水」していた。すぐに入院になり、破水しているから薬で陣痛を誘発…。薬のききがよく、アツという間に5分かかんかくの陣痛になり、LDRROMへ。子宮は9cm、もうすぐだーと思いつつ、陣痛とのたたかい、痛みもピーク！！？と思っていた頃、看護婦さんに「お産の準備をします」と言った時、「ええッー」。本番はこれからだった。この世の終わりの様な痛みの末、看護婦さんたちのはげましの言葉をかけてもらいながら、元気な女の子を出産できました。自然なスタイルで出産できるところがすごくよかったです

です。

産後も看護婦さんに大変親切にしてもらって、すごく良かったです。

次の子もまたヤナセさんにしたいと思います。先生、看護婦さんたちありがとうございました。

初めてのお産だったので、予定日が近づくにつれて不安でいっぱいでした。

でもいざ出産となると先生方、スタッフの方々に付きつきりでアドバイス、介助していただけたので、安心して陣痛に向かいあうことができました。

特に呼吸法やいきみ方等の練習や予習をしていなかったのですが、具体的にわかり易く指示していただけたの

で、すぐに心配はいらないから落ち着いて頑張ろうという気持ちになることができました。本当に希望していたようにお産することが出来て、産声を聞いた時の幸せを充実した気持ちは何とも言えないものでした。そしてこれからの毎日を今までとは違った自信を持って過ごしていける様な気がしています。どうもありがとうございました。もちろん私を支えてくれた家族たちにもお礼が言いたいです。そして生まれてきてくれた愛すべき息子にもありがたいの気持ちでいっぱいです。

私は初産で高齢出産という事で、いろいろと妊娠中は若いお母さんより、いろんな事につけてきたと思います。

高齢なので、中毒症になったら大変とか、いろいろです。しかし、妊娠中は大きなトラブルも無く、無事出産の日を迎えられました。

予定日近くの検診では赤ちゃんも未だ下がっていないし、子宮口も開いていないという事で、初産だし、予定日より遅れるのでは？と思っていました。37週に入った時点でお乳の手入れも行い、朝夕の散歩もガンバリました。そのかいあってか、予定日2日前の夜におしるしと陣痛が同時にきて、順調に入院になり、予想外に分娩も進みました。

最後全開してからは、赤ちゃんにへそのおが巻いていたので、少し時間がかかりましたが、無事赤ちゃんの産声が聞けてホッとしました。

分娩にたずさわって頂いた寺澤助産師さん、婦長さん、スタッフの方の声かけに励まされ無事出産することが

出来ました。

幸子先生、婦長さん、寺澤助産師さん他スタッフの方々、大変お世話になりました。

2人目の出産ということで、私も周りの人達も「予定日より早く産まれるだろう」と思っていました。ところが予定日になってもお腹の張りはあまりこず、結局一週間後入院することになってしまいました。

1時間に1錠ずつ飲み、ドキドキしながら様子をみていましたが、6錠飲んでも定期的な張りが来ず、「また明日かな…」と少し残念がっていました。ところが、夜になり少しずつ痛み（張り）が…！6分間隔程になり、「まだまだ…」と思っていたら、突然お尻のあたりで「パチ

ン！」とはじけるような間隔が。破水でした。LDR室へ移動。子宮口はすでに5〜6cmになっていました。でも子の頭がまだ高く、少し不安でした。半分ウトウトしながら、次第に強くなる痛みを教えてくださいいただいた呼吸法で逃し、“まだかな〜まだかな〜”と耐えること約4時間。そろそろ限界！と思い始めた頃、スタッフの方に“子宮口10cmだからそろそろお産の準備をしますね”と言われ、“やった！”と思ったのも束の間、子の頭はまだ高く、しかもいきんでもいきんでも出てこない！つりそうになる足をスタッフの方々がマッサージして下さりながら、一生懸命に声をかけて下さり、とても心強かったです。1人目ではさほど感じなかった会陰の強烈的な痛みで、いきみをためらいそうになりましたが、スタッフの方々の応援のおかげで無事、3975gの大きな子を出産することができました。出産後も出血が多

く、いろいろとお手数、ご心配をおかけしましたが、いつも笑顔で親身になって接して下さった先生やスタッフの方々に心から感謝しています。ありがとうございました。

以前から骨盤の形や大きさが心配だったので、予定日の1日前の診察の時にお腹のレントゲン写真を撮りました。結果は赤ちゃんが通りにくい骨盤との事。私は出来るだけ元気な状態で産まれて来て欲しいと思っていたので、誘発という形でお産を進めていくことにしました。そして予定日の9月9日入院。この日の超音波の診察によると赤ちゃんの推定体重は3100g以上。ちゃんと産まれてくるかどうか、陣痛に耐えられるとか、不安は

たくさんありました。でも柳瀬先生の診察の時に言われる、「赤ちゃんは元気です」の言葉、家族の支え、そして何より未だお腹の中で元気に暴れ回っているあかちゃんに支えられ、お産に臨むことになりました。

9／9入院1日目、子宮口が開くため「メトロ」を挿入。痛かったけど、子宮口が開いてよかったと思いました。ところが：子宮口が開いてきたらすぐに陣痛が来ると思っていた私にとっては、それからが長かった。点滴打っても薬を飲んでも、お腹は張るのに陣痛が来ない。9／11の夜から9／12の夜まで外出まですたのに、陣痛は来ない。それから陣痛は待っても待っても来ないため、9／16帝王切開で出産することになりました。手術の時、正直不安だったけど無事出産。手術の時、駆けつけてきた家族はもちろん、家族と同じくらい精神面において支えになってくださった柳瀬先生をはじめスタ

ッフの皆さん、たくさんの人達に支えられてきたからこそ赤ちゃんは元気に産まれて来ました。ありがとうございます。長い入院生活なだけに産まれて来た時に赤ちゃんが元気に泣いたくれたこと、今でも言葉にならないくらいすごくうれしかったです。

正直入院する前はこんなに長い間入院することになるとも、陣痛が来ないとも、帝王切開するとも思ってたし、自然分娩が一番だと思っていたけど、出産後の今は赤ちゃんが無事に元気に産まれてきてくれた。私にとって自然分娩じゃなくても、それで充分満足なお産でした。

3人目の赤 *chan* が生まれました！

超スピード出産に自分でもビックリ！

ヨガ教室に参加後、12時頃帰宅。下の子を連れて、上の子の幼稚園バスのお迎えに行き、帰ってから3人で昼食。この頃から「お腹が痛いなー」「でも今日は朝から下痢気味だしなー」という感じで、トレイに何度もかよっていました。でも…

13時頃から「あれ？やっぱ違う。お腹の痛みが10〜15分間隔に来る…」仕事に行ってるパパにメールをして帰って来てもらう間、私は病院へTELしました。

「来てもらったほうがいいね」と言われ、パパ帰宅後、2人の子供も連れて病院へ直行。その間にも陣痛が5分〜2分と短くなっていく。14時40分病院に到着。外来診察で「すでに子宮口9cm。5Fに上がって着がえているうちにお産になるよ」と言われ、5FLDR室へ。

パパと子供2人が見守る中、15時02分には無事赤 *chan* が生まれていた。

出産の時は助産師さん、看護師さんの声かけに合わせてフーフーと深呼吸するのが精一杯。「足の力を抜いてー」と言われても、ガチガチに力が入っていました。でも元気に生まれてきてくれて本当によかったです。家族にも立ち会ってもらえて私は大満足のお産でした！

9/14 無事に元気でプクプクの女の子を出産しました。9/10の夜、お風呂に入っていると「おしるし」が来ました。初産の為、何もかもが初めてのことばかりで、「いつ陣痛が来るんだろう…。陣痛ってどんな痛みなんだろう…」と不安な夜を過ごしました。が、お腹は

張ってくるものの、陣痛が来ず、ようやく陣痛らしきものが来たのが、9/12のAM2:00頃でした。様子をみながら、9/12の朝にいよいよ入院となりました。

入院してからも、なかなか強い陣痛が来ず、一晩過ぎ明け方ようやく強い陣痛が…。陣痛が来ても、なかなか思うように子宮口が開いてくれず、苦しい思いをしましたが、その間スタッフの方が長い間付き添ってくれ、励ましてくれました。そのおかげで、だいぶ緊張がほぐれ、やっとの思いで出産することが出来ました。

57時間という分娩時間を乗り越えられたのも幸子先生はじめスタッフの方々の支えがあったからだと思えます。今は感謝の気持ちでいっぱいです。お産後も色々適切なアドバイスをいただき、とても参考になりました。ありがとうございます。

p s : アロマバスは強い陣痛が来た時でも、少し痛みが

和らぎ、とてもリラックスすることが出来ました。

赤ちゃんってこんなにかわいいなって*****

お産の痛みは…忘れました！赤ちゃんの顔を見たら、痛みなんてふつとぶ！！ってゆるーのは本当でした。実感ですよ

でも、29時間ぐらい陣痛と戦ってる時に、ずっと体をさすってくれたり、がんばれ！！と寝ないでつきそってくれただんなさん*居てくれなかったら…不安がんなばれなかったと思います。お母さんも*何故か“29時間中、5分おきの陣痛のたび、ずっーと背中をトントンしてくれて… こうやって自分を産んでくれたんだ

なあと初めて知りました。すごい

陣痛の時はがんばるといふより… もうヤダ。やめたい。とか時間が過ぎるのを待つばかりだったけど… 産んでみれば、幸せいっぱいでした。だんなさんとお母さんは心配とか応援で、さんだんだったのに、そつちのけで赤ちゃんでした。

ヤナセクリニックのスタッフの方々、ありがとうございました。

不安で半泣きになってましたが… みなさんのおかげでがんばって産めました☆★とてもうれしかったです…

男の子を出産。

予定日の24日が過ぎ、まだなのかなあと思っていたその夜、25日3時頃、おりものが出たのかなあと思い、トイレへ行くと、透明なものに血が混ざっていて“おしるし”なのかなと最初思いました。

しばらくすると、また出てきて、ナプキンをあてたけれども、ベチャベチャになる程になり、もしや“破水”と思い、病院へ電話したら“入院の用意を持って来て下さい”と言われました。破水なのか半信半疑で病院へ行き、LDR室へ入り、私と赤ちゃんの検診をしました。やはり破水だったみたいで、でも陣痛がほとんどないため、いったん普通の病室で様子を見ることに。少し寝ようかなと思っていたら、陣痛が等間隔で来るようになり、7時頃には3分間隔ぐらいになったため、再びLDR室へ。“赤ちゃんが下がってくるように歩いたりしてた方が

2004年9月25日 14時19分 3419gの

いい”って言われたのですが、とても立っている事ができず、床に座ってソファにもたれていました。先に破水してしまったため、念願のアロマバスに入る事ができなかったのですが、足だけでも…とフットバスの用意をしてもらいました。でも、痛さのあまり座っている事ができず、結局10秒程しか入れませんでした。陣痛はお腹や腰が痛いものと思っていたのですが、私はそうではなく、おしりが痛くて痛くてしょうがありませんでした。初めのうちは痛みをうまいこと逃すことができず、看護師さんにも“そんな体中で力んでいたら、体力もたへんよ”と言われ、次第に冷静さを取り戻し、だんだん痛みを呼吸で逃すこともできるようになり、陣痛と陣痛の間には眠気どうとうと…することもありました。11時頃には陣痛が2分間隔ぐらいになっていたのですが、子宮口はまだ4cm。13時頃に肛門が開くような感じがし、

いきみなくなりましたが、子宮口はまだ6cm。まだまだかーって思っていたら、陣痛が来た時に少しきんでいいよと言われ、いきむことに。そうこうしているうちに13時40分、子宮口は全開。両足をかかえ、本格的にいきむことに。2回呼吸をして、3回目息を吸っていきむすぐ息を吸っていきむ。いきんから思ってた以上に赤ちゃんが下がってきてくれて、10分ぐらい、いきんだところで赤ちゃんの頭が見え、それからまた10回ぐらい、いきんだら頭が出てきてくれました。頭が出たところでききむのをやめ、次の陣痛が来るのを待ち、あとはひゆるくと体が出てきました。“感動もあつたけど、やつと出てきてくれた”という思いの方が強かったかも…

産む前は陣痛の時、赤ちゃんが今どんな状態かを考え、一緒にがんばろうと思っていたのに、全然そんな余裕は

なく、自分の事で精一杯。ごめんね… 赤ちゃんもよくがんばってくれたと思います。最初から最後までずつつき合ってくれた看護婦の寺澤さんには感謝です。“おしりが痛い!!”と何十回、何百回と叫び続け、ずつとおしりのところを押してもらったり、呼吸法、いきみ方も分かりやすく説明してくれて… そのおかげで順調に産まれてきてくれたのだと思います。本当にありがとうございます。院長先生、川口先生、他の看護婦さんもありがとうございました。アロマバスに入れてもらったり、へその緒を切る前に赤ちゃんを抱いて一緒に写真を撮ってもらったり、へその緒を院長先生に切ってもらったり… と私のバースプランを叶えてもらえてとても満足です。

あと、これから出産される方へ…
妊娠中におっぱいマッサージをしておくことを絶対お

すすめします。私はそのおかげで最初からお乳はよく出るし、赤ちゃんもすんなり吸ってくれて助かってます!!

9/25 予定日より4日遅く産まれてきた我が子はこのんびり屋さんでした。予定日より遅れ、さらに陣痛から産まれてくるまで26時間かかり私自身ものんびりした性格ですが、我が子はさらに上をいくナと思いましたが。陣痛らしき痛みがきたのは23日。初めはただの腰痛だと思っていたのが、妹に「何か間隔的になってない?」と言われ時計を見ると、5〜10分間隔。これが陣痛?!と思いながら病院へTEL!入院の準備をして来て下さいと言われ、そのまま入院。2晩激しい腰痛(陣

痛)に耐えました。激しいどころの騒ぎではなく、床にお尻が付けられず、上に向くこともできませんでした。先生と看護師さんの膝の上に足をおき、腰を浮かせて耐えました。

それでも耐えられなかったのか私には途中記憶がない所があったりなんかします。大声で叫びまくった私の声はろう下の端まで聞こえていたと思います。(入院中のママたちごめんなさい)最後には弱音まで吐いていた私ですが、何とか女の子を出産しました。

先生や看ゴ師さんたちには、本当に迷惑かけっぱなしでした。ごめんなさいとかし言いようがありません。これから我が子と対面されるママ、出産って今まで経験した事のない痛みや辛さがあるけど、その後には必ず我が子と言う宝物に出会えます。だから弱音をはきながらも、迷惑かけながらもいいから宝物大切に抱っこしてあ

げてください。

私は自然分娩での出産を、怖いと思いつつも楽しんでいました。“自然分娩こそが産”と思いついていたようなところもありました。

でも、予定日1週間をすぎても、兆しはなく、検査の結果と諸事情が重なり、帝王切開することになりました。

私のなかで、自分が帝王切開する事はかなり予想外というか、予定外の事で動揺しましたが、赤ちゃんの事を第一に考え、帝王切開に挑みました。手術中、赤ちゃんがどうなって産まれてきたのかは覚えていません。目が覚めたら、赤ちゃんはすでに産まれていました。初めのうちは愛情が湧くかな？なんて考えましたが、帝王切開と

いえでも自分のお腹を痛めて産んだ子供です。本当に初めてみた時はうれしくて、日に日にもっともっとかわいく思える毎日です。

今はなにより、無事に出産できた事に感謝。先生方はじめスタッフの皆様のサポートに心よりお礼申し上げます。ありがとうございます。

初めての子供のお産は、分からない事だらけで、その分出産に対する怖さが妊娠中あまりありませんでした。友人には、大変だよ。とか痛かったよ。とか色々聞いていたので、すごいんだろうなあ…。と漠然とは感じていたのですが、案外、余裕で出産の日を迎えました。朝方からお腹が痛み出し、生理痛の様で、まだまだ我慢

出来る感じでした。丁度、検診の日だったので、予約どおり来院すると子宮口が3.4cmと言われ、そのまま入院となりました。分娩室に入り、生理痛の様な痛みを感じながら、外がだんだん暗くなってゆくのを眺めていました。

なかなかお産が進まず、隣の部屋のお産の痛そうな声を聞きながらも、私も痛くなるのかなあと不安になりながら、結局pm8:00頃まで過ごし、本格的な痛みはたぶんpm8:30かpm9:00頃からだったと思います。それからは、もう意識があるけど、なくなる様な、本当にびっくりする様な痛みにも、時間がたつのもあつという間でpm11:46の我が子誕生を迎えたという感じでした。

余裕もなく、痛い。と叫んでいた様な…。とにかく先生方には、ご迷惑をおかけした事と思います。本当にあ

りがとうございました。

とても痛かったけど、子供を見た瞬間、ただただかわい
い*の一言でした。

後、お産に。パパが付きそつてくれて、ずっと励ましてく
れたので、頑張れたのだと思います。パパありがとう*
。パパにとつても「すごく感動した！」お産だったので、
本当に良かったです。

今回は二人目の出産です。予定日4日前の検診で子宮口
が4cm開いているよと言われました。その前にもおし
るしがあり、不規則なお腹の張りもあったので、いよいよ
よかよと楽しみになっていました。一方、今回は2歳の
上の子がいるので、入院中離れること、お世話のこと：

e t c、色々と心配事もつきませんでした。

陣痛がまだだったので、一度家へ戻り、上の子と長めの
散歩をしたり：ゆったり過ごし、日が変わって、0：3
0頃「ブチッ」と鈍い音と共に破水。即入院となりまし
た。

LDR室に入ってまだ3分おきの陣痛はあったものの、
痛みはあまり感じなかったので、一緒に居てくれた旦那
と『すぐリラックスできる部屋だね』なんてのんび
りしてました。というのも、赤ちゃんが元気だと分かる
分娩監視装置も外され、自由に動いたり出来るというの
が精神的にも楽だった様な気がします。そして腰に熱い
ような痛みを感じ、ナースコールした時には子宮口全開。
いきみ始めてから18分で待望のご対面*となりました。
た。こんなに安産だったのも好きな時にいきんでいいよ、
この方向に力を入れてe t c：。こちらが分かりやすく

声をかけてくださったり、温かい雰囲気を作ってくださいました柳瀬先生、森中さんのおかげだとても感謝しています。これから新しく家族4人となり、スタートです。毎日穏やかに笑顔で頑張っていければ…と思っっています。

私のお産は今回で2回目でした。1回目は去年の9月27日。今回は1年前の前日。予定日は9月18日で周りからは2人目は早く産まれると言われ続けたけど、なかなか予定日になっても予定日を過ぎても陣痛は来ませんでした。9月24日に検診を受けて、幸子先生に「25日、26日辺りに陣痛が来る様に一杯歩いて！」と言われました。もし25日も26日も陣痛が来なかったら

27日に誘発入院が決まってきました。だけど、25日に一杯歩いたお陰か、26日に日付が変わったぐらいから腰痛で目が覚めました。痛くなくてもすぐに痛みは消えるので、私は陣痛では無いと思いました。だけどパパが「病院に電話して聞いてみ」と言ったので、電話したら「一応入院の準備をして来て下さい」と言われ病院へ向かいました。病院へ向かう道中も時々腰は痛くなるものの、すぐに痛みは消えていくので余裕でした。けど内診の結果すでに子宮口はなんと!!8cmも開いてました。そこからの進行はとも早く1人目の時、アロマバスに入ってリラックス出来たから今回も入りたかったけど順調に進行した為入れなかったですけど、高野婦長サンに腰をアロマでマッサージしてもらったのは、アロマバスとは違い気持ち良かったです。

今回の子は1人目より430g大きかった分、頭が出て

来る時すごく痛くて途中で止めたい！って思いましたが、頑張って産んで感動した分とても可愛いんです。へその緒は立ち会いしてくれたパパに切ってもらいました。

9月26日は私と1人目の誕生日の前日なので、赤ちゃんから1日早いプレゼントをもらった気がします。最後になりましたが、幸子先生、高野婦長サン、山口サン本当にありがとうございました。

2004年10月ご出産

35才で初めての出産でした。元気な子が産めるかどうか、不安で不安でなりませんでした。

陣痛が来たので、病院へ連絡して、とりあえず入院。希望の洋LDRに入ったのですが、どうやら前駆陣痛のようで、どんどんおちついていき、意気消沈!! 帰るに帰れず、洋LDRを出て一泊する事にしたら、その夜、陣痛が来て、これもまた前駆陣痛? と思っていたら、あれよあれよとひどくなり、AM4:00頃、和LDRに入りました。希望は、洋LDRだったけど、空いてなくて、でも、ゼーぜん違和感なく和LDRで産めました。陣痛の時は、主人の体にもたれたり、腰をさすってもらっ

たり、最後のベビーが出てくる時は、私のまくらになっ
てがんばれと応援してくれました。すごく過ごしやすか
ったです。最後の方は、何がなんだか分からないうちに、
ベビー誕生でした。元気な男の子でした。私にも産めた
んだあくとしごくうれしかったです。産まれてきてくれ
てありがとうございます。

“オギャー”と元気な産声で10/1 アサ7:28分
にみんなのたいぼうの男の子が生まれました。3人目の
出産でしたが、同じ生まれ方でなく、3人3ようといっ
た感じで、10日前に陣痛らしいものがあって、入院す
るも出てこず、予定日4日過ぎて出てきました。軽い生
理痛の痛みは3日前からあって、10分間隔になったの
が、9/30のAM5から。でもすごく痛くはなかった
から、1の夜に入院。ちよつと軽い程度がずっと続き、

朝AM6じ前に5分間隔と思えば、AM7じ10分頃には全開で、そこからの10分生まれるまでが、1時間程かかったぐらい気の長い10分でした。助産師さんには陣痛と一緒にマッサージと声かけをしてくれ、弱まった時は気がまぎれる様に話をしてくれて、長い10分も力強いみかたでした。力の抜き方やりきみ方まで一緒になつてくれました。先生も一緒になつて声をかけてくれて、音楽を流してくれたりとリラックスへとみちびいてくれました。2、3回いきんで生まれた時は、本当に自分の手でだいた時の重みはさいこうの一言。上の子2人も同じ様に生まれてきているのに、命の大切さをおもい出させてくれる様でした。2人の子育ての中妊娠の10ヵ月“なんでこんなえらい思いついて、仕事して、子育てして、出産もひかえて、世界中の中で一番不幸な私”なんて、思っていたけど、この子を生む子とがG O O Lじや

なくて、出発なんだと思うと、幸せと思うすばらしさを実感させてくれたと思います。そして、人に対して思いやりの気持ちなぜか生まれました。自分中心で物事を考えていた事が、出産後に一人になる事で、いろんな事が考える時間ができて、ここでの出産と入院の5日間は私にとって大事な6日間となりました。世界中では子供が生まれても、食べる物、着る服、家族をうしなつた人、いろんな人がいるのに、私はこんなにリラックスして出産にのぞめて、家族もいて、笑つてむかえてくれる子供達、主人もいて、いしがしさのあまり考え方が小さくなつていた事に本当にはずかしいあまりでいっぱいです。主人の希望もあつて、子供はたくさんほしいという気持ちを知つて、3人目最後かなと思つたけれど、もう一人子供が望めたらなと思つています。たくさん笑い声のたえない家族をつくつて、人に対して思いやりのできる

子供達を育てていきたいです。それには自分が今日の出産で大切な命の大事さを忘れずに優しい気持ちのお母さんでいれたらと思っています。ヤナセクリニックのみな様本当にありがとうございました。

予定日の9月26日から3日後、9月29日の午前3時頃、腹痛とともに目がさめました。陣痛と最初は気付かなくて、「便秘のせいかな」とのんきに考えていました。しかし、痛くなったりおさまったりとなんかおかしい?と、もしかしてと思い陣痛の間隔をはかってみたら、7分に発作が20秒の痛み。病院に電話したら即入院。午前5時頃病院に到着し、病室に行つて子宮口をはかってもらったら8cm開いていきました。だんだん間

隔がせばまり歩くに歩けない痛さでとまどつてばかりでした。妊娠中マザーズクラスなどにまったく参加しなかったので、痛みをのがす呼吸法などもまったくわからず参加したらよかったと後かいました。しかし看護師さんがていねいに教えてくださり、なんとか10cmに開いて、いきむことができました。この世の痛みとは思えないぐらい痛くて、看護師さんや付きそつたダンナにもすごく暴言をはいたり、ひつかいたりけとばしたりとめいわくかけました。スイマセン…。子宮口が開いてからは、看護師さんや先生の手助けがかなりよかつたので、1時間たらずで元気でBabyに出会うことができました。産んだ時の感動はきつと産んだ人しかわからないぐらいの感動でした。先生、看護師さんそれからずっと付きそつてくれた、おばあちゃん、ダンナさん、本当に×②ありがとうございました。

私は1人目の子で何もかもがはじめてで、とまどうことばかりでした。私は予定日より1日遅れで破水をしました。 (10/3 (午後) 6時)

そして病院にTELをして病院にむかいました。でも破水してから私はじんつうがなかなかなくて、破水してから12間後にやっとまちにまっていた(私の赤ちゃん)に会うことができました。私の赤ちゃんは男の子でした。私はこの子をこの病院で生んで良かったなあ〜って思っています。なぜならこの病院の(先生、看護婦さん)みなさんやさしくていい人ばかりだったからです。本当に今回、お世話になりました。

「こんなにも自分本位で良いのだろうか？」と恐縮する

程、私の望むお産ができるようにご協力いただき、本当にありがとうございました。

私は第一子は帝王切開で、今回第二子を産むにあたり自然分娩を強く望んでいました。

予定日まではまだ少し早い38週4日目、破水したものの、なかなか陣痛も強くならず、丸一日が過ぎました。普通ならここで「じゃあ切りましょう」となるはずなのに、私が自然分娩を希望していたので、赤ちゃんが元気だからと、その気持ちを尊重して一応 **OGD** の用意もしつつも、先生をはじめすべてのスタッフの皆様にご協力いただき、一晩様子をみました。その間、階段の登り降りがいいとか、スクワットがいいとか、温足浴してみようなど、私にとって本当に心強い励ましをしてもらいました。

結局、微弱陣痛が続き破水もしているため帝王切開とな

りましたが、無事出産することができました。

赤ちゃんが元気で産まれてくれば、それが何よりなのですが、そこに至るまでのプロセスで本当に納得した自分の意向どおりのお産ができたことを大変うれしく思います。

産まれてくるか心配で心配でなりませんでした。頑張っ

て痛みにも耐え、無事3140g元気な女の子誕生！！喜びで痛みもぶつとびました。でも麻酔がきれた後の痛みは、何とも言えないくらい辛かったです。楽しみにしていたアロマバスは破水があったので入れませんでした。とても残念！

でも退院の前にアロマのオイルマッサージをしてもらいとても満足しました！よかったです

2人目は楽だと勝手に思い込んでいたら、とんだ勘違い。どんなお産が待っているかわからないものだと実感させられたお産でした。

1人目の出産から、もう10年たち、2人目が授かりました。自然分娩で大丈夫！！と思いきや、陣痛がきて破水も少しずつあり、1日たつても4cmしか子宮口が開かず陣痛の間隔も5分〜10分〜15分と逆に遠ざかって、いつ生まれてくる事やらじんつうは痛いやらで先生と相談した結果、帝王切開となりました。

1日中、少しずつの破水があったので赤ちゃんが無事に

出産前日におしるしがあり、不規則な陣痛も来ていました。ちょうど検診日だったので内診をしてもらうと、子宮口が3cm開いているとのことでした。でも陣痛が不規則だったので、自宅待機になりました。夜中に目を覚ますと陣痛が10分間隔になっていて、慌てて入院しました。入院するところには7〜8分間隔になっていました。でも私はアロマバスに“絶対入りたい”と思っていたので、お願いをして20分ぐらいリラックスをする事ができました。

アロマバスが効いたのか、それからどんどんお産が進んでいき、20〜30分後には全開大になっていて、あつという間に産まれました。2人目のお産ということもあって、スムーズに産まれてきてくれて本当に良かったです。主人と上の子にも立ち会ってもらって幸せでした。夜中から明け方というつらい時間帯にも関わらず、親切

な対応とリラクソスのできる雰囲気をつくってくれた幸子先生、婦長さん、スタッフのみなさん、本当にありがとうございました。感謝しています。もし3人目を産むことがあれば、その時もぜひヤナセクリニックで産みたいと思います。

今回で2回目の出産でした。

2人目は早いよーと、まわりの人に言われていたので、10カ月に入るとドキドキ。

予定日5日前おしるし…そろそろ！？とドキドキするが…1日すぎ…とうとう予定日から5日過ぎて…入院！！1日目は薬を飲み、病院の中を歩き回るが赤ちゃんには会えず…2日目は点滴を朝からしてもらいまし

た。夕方頃から痛くなってきた、「お願いだから産まれてきて！！」と心の中はそればかり！！不安でいっぱい「産まれる？！」と何度も聞く私に「大丈夫」とみんな何回も答えてくれました。そのうちすごく痛くなってきた、本当に産まれてくる！！と自分自身ちゃんと気が

付いてからは、あれよあれよと進み、赤ちゃんが産まれました。イライラと不安で何度も同じ事ばかり聞く私に、看ゴ婦さん、先生、夫は大丈夫と支えてくれて本当によかったです。

一人ではきつと不安でどうしようもなかったと思います。

産まれてきたかわいいわが子は夫にあまりにもそっくりすぎて、笑ってしまいました。

上の子に「お姉ちゃんだね」と言うと、「うん、おもちやであそんであげるの」と笑っていました。幸せだなあ

ーとほのぼのしてしまいました。

ヤナセクリニックのみなさん、先生ありがとうございました。

初めての出産です。妊娠中はわりもなく、いたって良好な経過でしたが、後期になると少々切迫早産ぎみで薬を飲みました。36週前にはすでに子宮口が2cmも開いており、先生にもなんとか36週までもたせましようということでしたが、結果的には予定日を超え、誘発分娩することになりました。

当日は出産時の痛みがどれほどのものなかでドキドキしていました。入院すると診察があり、薬なのか点滴なのか誘発の仕方を先生と相談し、私は点滴の方を選択し

ました。

13:00から点滴開始ということになったので、LD R室（洋室）で食事をすませ、点滴だったのでアロマバスは食後すぐに入りました。気分が落ちつきません。ドキドキしながら点滴開始。旦那の立合い希望だったので、間に合うか心配でした。直前の内診では子宮口が6cm開いていたからです。先生にも看護師さんにも夕方には生まれるかなあーと言われました。点滴するものの4時間ほどテレビを観たりする余裕までありますが、トイレに立って戻ってきたら急に左側の腹脇が痛み、恥骨のあたりでブチツという音が鳴ったと思ったら破水でした。その後、急速に陣痛がすすみ、看護師さん達の声に合わせて、いきんでいました。看護師さん任せといってもよかったですかもしれない。旦那も無事立ち合せて背中をさすってくれたり、頭を支えてくれたり心強かったです。そ

んな感じで、17:37に男児出産しました。分娩時間は2時間12分ととても早かったです。生まれてからは育児が大変になりそうですが、いい経験ができました。それと先生、看護師さんがいつも側にいてくれるので安心できました。よいお産になりました。

予定日の1日前、その日は何か朝から少しずつおなか痛くなってきた、もう夕方すぎになると、10分間隔で痛くなってきました。「これは」と思い、病院にTEL。そしたら「すぐ入院の準備をして来て下さい」と言われ、旦那と義母と病院へ来ました。しばらくすると幸子先生が来て、内診してもらい、子宮口が2〜3cm開いてました。

そのまま入院して様子を見ていて、次の日のお昼ぐらいからは6・7分間隔、次第に5分間隔と痛みが強くなってきました。それからがなかなか進んでくれなくて、とうとう全開になったのが、その次の日でした。全開になるまで、何回かアロマバスにも入りましたが、あまり進んでくれず、そのときにはかなりつかれもありました。

でも歩いたり、座ったりしていると赤ちゃんが下がりますいと言われ、何回か歩きました。あと、スタッフの方、幸子先生にもマッサージをしてもらい、少し気持ちがすつきりしました。お産に入ってから幸子先生や、高野婦長さんが一生けんめいはげましてくれて、呼吸法も一緒にしてくれて、すごく心強かったです。陣痛があまり強くならず、誘発剤も入れて、なんとか無事に2日目の夕方に元気な女の子が生まれました。我が子の顔を見て一安心したのとダンナと一緒に涙が出ました。ダンナに

も入院から出産までずっとそばにいてもらってよかったです。最後に幸子先生、婦長さん、福井さん、梅原さんには特に色々とありがとうございました。2人目の時も是非、ヤナセさんにお願いしようと思います。

今回は二人目の出産でした。一人目は他の病院で誘発で出産したので、陣痛の初めがわからなくて、悩んでました。

そんな色々な気持ちをもったまま、10/11朝6:00におしるしが。朝から家事をし、休みの夫と長男と昼前から買い物に行きました。実はその時からおかしかったのですが気にせず。お昼に少し痛くて、時計ではかったら20〜15分間隔だったので、横になった

からおさまってしまい。長男と昼寝をし、15:30、かなりの痛さで目ざめました。

でも「お腹が張る？」くらいの感じで、そのままずる×

2 19:30までがまんし、19:30に10分間

隔!!病院にt e lし、21:00入院。子宮口はすで

に6cm、それでも余裕の私は子宮口が8cmになる1

0/12の0:30まで子供や夫、夫の母と話しができ

ました。それからLDRの洋に移動し(それまでは和に

いました)、1:26 3830gの男の子を出産しま

した。いろいろ弱音をはいたけど、婦長さん、院長先生、

川口先生、看護婦さん方々、ありがとうございます。

出産後も色々話を聞いてくれたり、助けてもらったり

…。すごく気分できに楽になりました。本当にこの病院

を選んで良かったです。もし、三人目ができたら、又お

願いします。

最後に立ちあってくれたパパ、長男(1歳11カ月)、
パパのお母さんありがとうございます*

私は身長149cmと小柄であるにも関わらず、お腹の

赤ちゃんが予測体重3kgを越えてしまったため、妊娠

40週4日目に入院しました。レントゲンによる骨盤検

査の結果、児頭骨盤不均衡と診断されました。(レント

ゲンを見れば納得してしまうほど、私の骨盤より赤ちゃん

の頭が大きかったです)ということで翌日13日の昼

に帝王切開することになりました。手術については先生

から説明をもらったので、それほど不安ではなかつ

たけど、生まれてきた子をいつ抱けるのか、いつおっぱ

いをあげられるのが不安でした。13日、14時前に手

術室に入りました。麻酔がなかなか効かず、麻酔の注射

が予想以上に痛くて： でも、婦長さんや川口先生が痛くなくなるコツを何度も言ってくださったり、「いまからここに注射するよ」とその都度声をかけてくださいました。婦長さんは私の体をしっかり抱え込んで、何度も何度も励ましてくださいました。そんなこんなで麻酔を乗り越えられました。手術が始まってからも、婦長さんと看護師さんが「もう赤ちゃんの頭見えてるよ」と声を何度もかけてくださったり、血圧が下がってめまいを感じて不安になったら、「ヨーガの深呼吸だよ自分呼吸に集中して」という婦長さんの声にすぐにリラックスできました。また、手術中、看護師さんがずっと手を握ってください、心強かったです。硬膜外麻酔だったため、赤ちゃんの出る感覚も感じることができ、お腹から出てきた我が子を見て涙が止まりませんでした。赤ちゃんの処置が終わると助産師さんが私の手や顔に赤

ちゃんの手やほっぺを触れさせてくださいました。またまた涙があふれ出しました。術後の痛みも含めて、ヤナセクリニックのスタッフの方々の優しさがあって、乗り越えられました。本当にありがとうございました。

p s：赤ちゃんが生まれてスグ、赤ちゃんに触れさせてもらったり、その日に看護師さんが付き添って赤ちゃんをベットに寝たままだけど抱かせてもらいましたよ！翌日にはおっぱいも： 本当に嬉しいです。手術に不安を感じず、赤ちゃんに会えることだけ考えて、帝王切開をされる方頑張ってください。あなたなら大丈夫！

私の初めてのお産のはじまりは、おしるしらしきものからでした。10日前の検診で「子宮口もやわらかくなっ

てきとるし、2〜3cm開いとるから、あとは陣痛待ちやなー」と先生に言われていたので、いよいよかなーというカンジでした。そして次の日の夜のコト： 妙なお腹の痛みを感じつつも、時間も不規則で多分陣痛ではないだろうと思ひ寝てみたものの、痛みがおさまらず、寝ていたパパを起こすと「産まれる?!」とテンション高めに着がえだし（笑）そんなパパを横目に病院へ電話をしました。不規則だと思っていた痛みの間隔もよく計ってみると5分間隔!!!「陣痛って10分間隔くらいで気付くんちゃうのー?!」と思いつつ、病院に着いたのはAM4:00前でした。普通にLDR洋室に入りベット↓分娩台の上で出産…を想像していたので「和室しか空いてないの」と言われ、和室の中に入りタタミと布団を見た時は正直何ともいえない気持ちでした（笑）でも今思うと和室でよかったなってカンジです。パパと先生と

スタッフの方たちを支えられるコト約5時間 AM 8:37、無事男のコを出産しました。5時間はあつとゆーまだだったケド、その間ありえない痛みとの闘いで「もう無理（泣）」って何回思ったコトか… それでも今、赤ちゃんの寝顔を見て「かわいいなあ」って思える自分がいるのは、柳瀬先生、川口先生をはじめ、スタッフのみなさん、そしてパパのおかげです。ホントに②ありがとうございました☆

10月19日に定期的な陣痛が始まり、15分間隔になったので病院に電話をし、内診をしてもらうことになった。そして本格的な陣痛ではないけれど入院することになった。

今回は2人目の出産で、1人目の時は微弱陣痛だったため陣痛促進剤を飲み出産した。だから今回は薬を使わず自力で出産したかったが、夜中になってからまたもや陣痛が弱くなり、不規則になっていった。翌日の朝台風のため外は大荒れの天気。先生から薬を使うか階段を上り下りして様子を見るかしましょうと言われたので、迷わず階段の上り下りを選んだ。がしかし、午後になってもその効果は表れず、やはり陣痛促進剤を使うことになった。点滴を打ち始めて30分ほどで有効陣痛となり、あつという間のお産となった。その間、看護師の方々に腰を押していただいたり、足をさすっていただいたり、主人に手をにぎってもらったり、うちわであおいでもらったり、本当に心強かった。安心して出産できた。今回の出産で一番嬉しかったのは、主人の誕生日に出産できたことだ。父子で同じ誕生日。誕生日おめでとう！

お産は誰もが経験する事だから。と自信満々で妊娠生活を送り予定日間近でも全く兆候がなく、最後の検診で、私は身長が低く骨盤のサイズと赤ちゃんの頭が合わない： という事を知り、誘発もしくは帝王切開目的で予定日に入院することになりました。当日は内服で陣痛つけてもらい、夜中によく10分間隔となり、このまま出産へと期待しましたが、翌朝陣痛が消失してしまい、一時休けいし、アロマバスでリラックスさせてもらいました。Pmより点滴での誘発開始となりました。余裕でお産を迎えていたのに、いざとなるとおじけてしまい、心の中ではこのまま帝王切開で！と強く思う事さえありました。でも幸子Drはじめスタッフの方々からこのまま頑張って産みましょうね！という励ましにより点滴開始4hという短時間で無事出産しました。耐えに耐えた4hでしたが、今冷静になり思うのは、骨盤の中に

降りて来にくいと言われたのをスムーズに迎え入れてくれたのはDrはじめスタッフの皆様のテクニックだと改めて感謝しております。陣痛時にbedで横になり、痛みに耐えていただけではきつとこの出産はなかっただろう、適切な体位をアドバイスして下さったからだと思います。又いきむ時どこへどんな形で力を入れれば良いか、全く解らなかったのを、その都度私の体で教えて下さった事、そしていきんだ後の骨盤の痛みをアロママッサージで軽減して下さいた事、本当に出産時には沢山のスタッフの方々に支えていただき、感謝感謝でした。出産後も「自分のペースの育児」に合わせたアドバイスをして下さい、里帰りしない私にとって不安だらけの初めての育児を今後もサポートしていただけるのでとても安心です。ありがとうございます。

予定日（11月9日）より2週間程早い10月25日に1人目男の子を出産。25日はAM3:00頃より、下痢のような生理痛のようなお腹の痛みがあり何度もトイレへ行っていました。とくに便も出さず朝をむかえませんでした。午前中も何度か同じ痛みはあったものの予定日まで日があつたので陣痛とは思わず過ごしていました。しかし午後から1時間、30分、20分…という間隔になり、“まさかこれが陣痛!?”と思い、10分間隔になるまで待ちTELしヤナセクリニックへ向かいました。診察してもらったら「子宮口が5cm開いてますよ」と言われビックリ!!PM5:00入院となりました。洋室LDRがあいていなかったので和室LDRでの出産となり、その後どんどん陣痛もUP→20:30には子宮口全開!パパも立ち合いスタッフの方々のアドバイスのおかげで21:14待ちに待ったわ

が子と会うことができました。

出産時、パパの腕をものすごい力で握っていたのも覚えていないくらい痛かったけど、“赤ちゃんも頑張ってるんだ！”“早く会いたい！”と思う気持ちで乗り切れませんでした。顔が見え産声を聞いた瞬間、全身の力がフウ〜と抜け、ママになったんだと実感し幸せいっぱい感動しました。今回、立ち合って頂いた柳瀬先生、スタッフの方々にはアロママッサージやアドバイスののおかげでリラックスして出産に臨みました。今回初めてのお産で、5時間15分と安産で満足のいくお産ができてよかったです。

帝王切開で産みました。

1人目の子で2635グラムの女の子でした。妊娠が分かった時から入院日まで仕事に追われる毎日、赤ちゃんの事をゆつくり考えてあげられないし、妊婦で本当は色々勉強もしいけないのに…と考えているうちに入院日！！

たくさん不安がある中で、ヤナセクリニックスのスタッフ皆さんがとても親切にアドバイスしてくれたので、心強かったです。手術中、途中で気分が悪くなった時に婦長さんがアロマオイルをティッシュに含ませて首元につけてくれた時は気分が安らぎました。

丁度その頃、意識もある中、赤ちゃんを取り上げてくれて泣き声を聞きました。

一生懸命泣いて足をバタバタしている赤ちゃんを遠くながら見て、涙が自然に出ました。

今まで何も考えてなかったのに、本当にお産って不思議なもので感動しました。

柳瀬先生をはじめ、スタッフの皆さんありがとうございます。

私は今回が初めてのお産でした。予定日が近づくにつれて私にも産めるのかな?!という不安とドキドキで胸がいつぱいでした。陣痛がきたのは、予定日より5日遅れで、B a B yの顔が見れたのは6日目でした。前駆陣痛からは約36時間かかったので、B a B yの顔を見た時は涙が出る程ホッとしました。お産の間ズツ付き添ってくれたパパに生まれた瞬間「ありがとう☆」って言われたのがすごく印象に残ってマス!頑張ってよかつ

た!と思い、痛みもいつのまにか忘れてました。。。

お腹を痛めて産んだ我が子が私に全然似てなかった事はすごくショックでした。ケド、元気な子で何よりです。お産の間中、励ましてくれた先生をはじめスタッフのみなさん、ありがとうございます☆2人目もこの病院で出産したいです。

— B a B yへ —

何時間も苦しんでパパとママに元気な顔を見せてくれて本当にありがとうございます。これからも我が家の天使として、光りをともし続けていって下さい。

予定日を迎えた朝方“何か出た！”と目を覚まし、トイレに行くと、血の塊と生理の多い日並の出血!“何これ！おしるしってこんな大量の血が出るの？聞いていたおしるしとは何か違うよなあ。”判断に困り、クリニックに電話。しばらく様子をみてから、一度診察となりました。結果は『ひどいおしるし』ひとまず家に帰り、翌日から誘発入院することに。次の日、入院検査をし薬を飲み始めるとすぐに陣痛がきて、激痛の腰にHOTP A C Kをあててもらい、楽しみにしていたアロマバス（その時は楽しみというより必死！）にも入り、かなり痛みが和らぎました。と、ここまでは順調なペースでしたが、子宮口が8-9cmのところまでペースが落ち、そこから一番辛い時間へと突入。9cmからいきみにgoがかかるまでの時間が約12時間。この間、私の体が衰弱し“もう自分には無理”と何度も夫に言ったこ

とか…。夫も私と一緒につらい時間を乗り越えてくれ、本当に感謝です！私の股関節が元々かたいのと、妊娠中太りすぎてしまったため、普通より余計なパワーが必要となり、時間もかかってしまいました。この間、高位破水し、赤ちゃんを包んでいた膜が一度壊されたのですが、再び膜を作り、自然分娩が可能となりました。

こういうケースは珍しいらしく、我が子の生命力の強さに驚かされました。

最終的に子宮口が全開せず、9cmのままできみに入ることにりましたが、これも何度も何度もいきみ“もうダメ、これが私の最後のパワー”と思ったその時、元気の産声が…。

夜中ずつと励まし続けてくれた森中助産師、ついていてくれるだけで安心した高野婦長、入院中もその他大勢のスタッフに励まされ、皆様のおかげで生涯忘れることの

できないくらいすばらしい出産ができた事感謝します。
ありがとうございます。

出産予定日を2日過ぎた頃入院しました。(10月22日)

しかし陣痛が弱く、子宮口がかたい為、なかなか産まれそうにありません。パパもかけつけてくれましたが、二人で不安な夜を過ごしました。次の日陣痛は来ていますが、未だ子宮口はかたく1cmくらいとの事。午後から頑張つてアロマバスを2時間、ヨガもして、夜も又アロマバスに入りましたが、それでも3〜4cmとの事。二晩目もパパは5〜10分くらいでくる陣痛ごと腰をさすつてくれていました。次の日の朝、8時くらいに見て

もらっても未だ4cmでした。パパも私もがっかり。最終的には促進剤の点滴を10時に打ち始めた所、みるみる進行し10月24日 13時18分 無事女児を出産。今回、パパに立ち合ってもらって本当に良かった。この二晩で私たちには絆ができました。私はこの出産は私が産んだという気持ちよりもパパに産ませてもらったという感謝で一杯です。スタッフの方は皆とても親切で、もし二人目ができたら又お願いしたいと思いました。

今回2度目の出産で38週2日で産まれました。予定日より早いけど、前回の検診で母体にくらべ赤ちゃんが大きいから予定日以前に入院誘発しないと自然分娩は難しいと言われていて、待ちに待った出産でした。

2日前の朝起きると、おしるしらしき物が：その後日に

2度位の強い腰痛があり、そろそろだなあと思っていた夜、夕飯を食べに家族で出かけた所、1〜2分間隔の腰痛が2〜5分間隔でやってきました。1人目の時は生理

痛の様な痛みだったので、陣痛ではないと思い、痛みがおさまっている間に食事をし帰宅。明日の朝病院に行こ

うとお風呂に入っているとだんだん痛みが強くなってきた為ヤナセさんに電話をしたら、準備が出来次第来て下さいと言われ、慌てて車でむかっている中、どんどん痛みは強くなりいきみたい様な感じまでできて不安でした。病院に着いた時には足はガクガクで腰からくだけて歩いてLDRに行くのも精一杯。すぐに高野婦長にみてもらったらすでに6cm開いてました。そこらかはアツという間ただただ痛い、呼吸しなくちやのくり返しで40分程で産まれました。陣痛から4時間ちよつと

スピード出産でした。

前回の出産の時同様、2人目もヤナセさんにして本当に良かったです。幸子先生、高野婦長、スタッフのみなさん本当にありがとうございます。

予定日前の検診で、すでに子宮口3〜4cm開いて柔らかくなってきているし、初産で赤ちゃんの推定体重が3500g近くあるので、これ以上大きくするとしんどくなるので、先生と相談し、陣痛促進剤を使って出産しましょうということになり、H16・10・18 AM10:00に入院をし、PM1:00頃から点滴開始になりました。薬の量を調節するきかいをつけて、少し不自由でしたがまだまだ動きまわれるくらいの「陣痛」とい

うより、「強い張り」程度でした。PM2:00頃にLDR室に移り、「強い張り」が10分から5分、5分から3分間隔になってきたのが、PM5:00すぎ。(まだこの時は付きそって来た姉と冗談言える余裕有り)

PM5:50姉と冗談を言いながらも、だんだん陣痛らしく下腹部、腰が「キュー」っと痛くなつたなーと思つたら突然「おしるし」が。

トイレで看護師さんに出血とか見ってもらつてたら、今まで感じた事のない痛みがやってきました。本格的に陣痛が始まりました。LDRのベットを分娩台に換えたり、スタッフの方もバタバタ準備している間にどんどん痛みは増していき、先生にみてもらったら「もう産まれるからいきんでいいよ」と言われ、助産士さん達のリードで数回いきんだら、PM6:58体がさけるような感覚とともに女兒誕生。点滴かが効き始めてから5時間3

分。(本人の感覚で「陣痛」だと感じてからは1時間)

のスピード出産でした。最初になんて話かけようかと色々考えてたけど、あまり早く事が進み、そんな余裕もなく、ただただびっくりしたまま赤ちゃんと対面してしまいました(笑)

予想通りの3495gの大きめの女兒だったので、立ち合った主人もおどろいてました。元気に泣いてくれてたし、体も大きく産まれてくれて一安心…。

「新米ママだけど頑張るからね」と赤ちゃんの顔をみながら心に誓いました。

予定日3日違いの2年連続の出産となりました。長女の1歳の誕生日を主人と2人でお祝いし、久々に親子3人

で風呂に入りながら、赤ちゃんにも「もう出てきてもいいよ」と話かけていたらおしるしが！！主人は単身赴任の為、今回の立ち会いは期待薄でしたが、1日持ちこたえれば週末に突入。主人の立ち会いの希望も出てくるので、とても晴れやかな気持ちになりました。経産婦のお産は陣痛が始まってからが早いと聞いていましたが、翌朝から前駆のような不規則な痛みがダラダラと半日以上も続き、「あら？」と首をかしげながら、1日の家事も済ませ夕方、長女の保育園にも迎えに行き、冷蔵庫の中身の一掃もすませ、準備だけが整ってしまつて手持ち無沙汰になってしまいました。夜9時になつても朝からの陣痛間隔が縮まる様子もなく、痛みは徐々にきつくなっているものの、「まだまだ産まれない」といった感じでした。病院に行くタイミングがわからず、TELしたらとりあえず内診してもらつたことになつたので首を

かしげたまま夜10時半頃、主人と2人病院へ。子宮口は4センチ、手で開けても6センチとのこと。「やっぱ今夜お産？」といった感じで首をかしげていました。その後も陣痛の痛みは強くなるものの、間隔が5分以上縮まることもなく、途方に暮れていた所、若手の助産師さんが「LDRまだかかりそうだからここ和室で産もうか？今中見たら羊膜の向こうに黒い髪が見えてきてるよ。部屋が空くまで陣痛に耐えてもらつてもかまわないけど、どうしよう？」と聞かれ、またまた「???」の文字。今産むかどうかの判断がこの状況で自分で下せるものとは思つておらず、その時初めて陣痛間隔が極期にならなくても、いきみたい感じがしなくても母体がリラックスして痛みを上手に外に逃していけば、赤ちゃんはリラックスして自力で出て来られると知りました。不信感のまま和室でのお産を承諾し、助産師さんの言う通

りにひたすら息を吐くことだけに集中していたら、先生、主人が見守る中赤ちゃんが本当に出てきてくれたのです。なんと神秘的！赤ちゃんは本当に元気な産声をあげてくれて、ただただ「ありがとう」の言葉しか出てきませんでした。2時15分：誕生時のちょうどそのころ、私の実家で寝ていた長女が突然夜泣き始めた聞き、びっくりしました。姉弟間の見えない不思議な繋がりを感ずりました。前回の出産にはあった不安感がまったくない中の余裕、自信のあるお産。それは経産婦であるということからくるものではなく、助産師さんや先生が作り出しているナチュラルでアットホームな雰囲気の中であつたからこそ緊迫なく、最高のリラックス状態でお産に臨めたのだと思います、とても感謝です。本当にありがとうございます。

私は今回初めてのお産で、つわりは無かったです、妊娠後期に入り足のむくみがひどかったり、おなかがつて痛かったり、とても痛い思いで予定日を迎えました。予定日を4日すぎても陣痛が無く、いったいいつ産まれるか心配でした。ところが5日目の夜に陣痛が始まり、翌日朝で入院となりました。入院したものの、痛いのになかなか陣痛が進まないまま一睡もできず、翌日を迎えました。翌日から促進剤の点滴を始めて、しばらくしてから陣痛の進みが早くなりました。ところが、陣痛が進むのに赤ちゃんの頭が骨盤の方になかなか下がってきてくれません。さらに陣痛が激しくなるのに、赤ちゃんの心拍が時々弱まり、何か赤ちゃんにトラブル発生しているかも？！

先生からへその緒が体にまきついていて赤ちゃんが下がってきていない可能性があるとの説明を受けて、帝王

切開することにしました。

初めての手術でしたが、先生方や看護師の方々にはげまして頂き、とてもリラックスして手術を受ける事ができ、赤ちゃんも無事生まれ大変安心しました。

やはりへその緒が体中にまきついていたそうです。すぐに赤ちゃんを抱く事はできませんでしたが、病室に赤ちゃんを連れてきて頂き、ベッドに寝たままでしたが初めて赤ちゃんを抱く事ができました。この時、無事生まれできてくれて“ありがとう”という気持ちでいっぱいになりました。元気ですくすく育ってほしいです。

予定日1週間前に赤ちゃんの推定体重が3300g近くあることが分かり、そんなに体の大きくない私は予定

日までに産めたらいいなあと、毎日散歩や家中のそうじをし、たくさん体を動かすようにしていました。そうやって過ごしているうち、予定日1日過ぎた20日の夜に、5分間隔で強い生理痛のような痛みがあり、病院へ直行しました。でも病院に着いてしばらくすると痛みが遠のいていき：前駆陣痛だったようです。でも赤ちゃんの体重は充分あるし、予定日を過ぎていたということもあってこのまま入院し、薬の力を借りて陣痛をつけることにしました。21日の朝から促進剤を飲み、最後の6錠目を飲んでしばらくすると、5分間隔で痛みがきました。

「このままお産だなー、よし頑張るぞ！」と思っていると、薬が切れたぐらいからまた痛みが落ちついてしまいました。早く産まれてきて欲しいと焦っていた私はなんだか気分が落ち込んでしまい、赤ちゃんが産まれたいと選んでくれる日をもう少し家でゆったりとした気持ち

ちで待ちたいなあと思ひ、一旦21日の夜に退院させてもらいました。

「いつ出てきてもいいよ。」と毎日赤ちゃんに話しかけ、のんびり過ごしているうちに24日朝方に破水。破水から始まると陣痛はすぐ来ることが多いと聞いていたので、ドキドキしながらその時を待っていました。25日の朝を迎えても、強い陣痛がなかなか来ず。パパは「ぼくに似てマイペースな赤ちゃんなんだよ。」と励ましてくれましたが、私は赤ちゃんに早く会いたいと焦り、お腹の赤ちゃんが元気にいてくれるのか不安で、パパやスタッフの方の前で何度もべそをかいてしまいました。でもその度にスタッフのみなさんが「赤ちゃんは必ず産まれたい日を選んで生まれてきてくれるから。」と励まして下さり、気持ちをはなれさせることができず産まれたい日を選んで生まれてきてくれるかできませんでした。結局陣痛が強くならず、昼から点滴を使っ

て陣痛を強くすることに。しばらくすると、有効陣痛がきました。痛みは想像以上でしたが、パパやスタッフの方、あと実習に来ていた看護学生さんにマッサージしてもらったり、いろんな話をしてもらったりすることで、気分的に楽になり痛み集中せずすみえました。足浴もとっても気持ちよかったです。子宮口開大になるまでは陣痛といきみを耐えるのが辛かったです。それから「赤ちゃんも頑張ってるんだから私が頑張らないでどうするんだ!!」と思い、もう無我夢中でした。25日の夜にやっと赤ちゃん誕生!!顔をみたとたん、嬉しくて大号泣してしまいました。結局赤ちゃんは3000g足らずで、きつとお腹の中で「ママそんなに焦らなくていいんだよ。」っていつてたのかもしれない。とにかく今は私のお産を見守って下さったすべての人へのありがとうと何べんいっても足りないくらい感謝の気持ち

ちでいっぱいです。長いお産で気持ちちが不安定になって
いた私を優しく励まして下さった、幸子先生、スタッフ
のみなさん、あと長くなってしまったお産にずっと立ち
会ってくれたパパと母。本当にありがとうございました。
ヤナセでお産ができて本当によかった。2人目もまたヤ
ナセにお世話になりたいです。これからお産を迎えるみ
なさんも頑張ってください。

2004年11月ご出産

私は初めての出産でした。11/2予定日を過ぎてても何の兆候もなく11/4に誘発入院することになりました。幸子先生に診察をしてもらい“午後からメトロ（風船のようなもの）を入れ、子宮口の入口を開き陣痛を起こさせます”と言われました。メトロを入れ約2時間後に10分間隔でおなか痛み出してきました。もともと生理痛がなかった私には“これが生理痛の痛みなのかあ！”と思いました。序々に痛みがまし“ジッ”としていられなくなり部屋の中を歩いていました。陣痛5分間隔の時には腰が痛くて歩くことも出来ずベッドの上で横になり旦那と実母にずっと腰をさすってもらって

ました。とっても楽でした。ありがとうございます！

夜中には風船も抜けて子宮口が8cm程まで開いていました。11/5AM1:00にLDR洋室へ移動をしました。腰をさすってもらっているだけでは耐えることが出来ずスタッフの方が温めるものを持ってきてくれてたおかげでとっても楽になりました。足・腰をずっとマッサージしてくれた高野婦長・梅原さん・伊藤さんとてもリラックスできました。ありがとうございます。何十回といきんでいると“赤ちゃんの頭が見えてきたよ”と先生に言われ、“もう少しでbabyに会える”と思い最後の力を振りしぼり、11/5AM4:42“オギャー”と元気な産声をあげ誕生しました。とても感動しました。とりあげてくれた幸子先生・高野婦長・梅原さん・伊藤さんありがとうございます。入院中いろいろと親切にお世話してもらったスタッフの方々ありが

とうございました。

2人目の出産ですが、予定日よりも2日遅れで明け方陣痛がきました。

1歳10ヶ月になる子連れて主人と3人で病院にきました。1人目の時はLDR洋室でリラックスして出産することができたので、今度も・・・とっていました。助産婦さんがLDR和室もいいですよ！！と言われ和室に入れてもらいました。上の子は和室でビデオを見たりお菓子を食べたり、普段と変わらず過ごしているようでした。弱い陣痛がお昼すぎまで続き、その間は私もゆったりと上の子と過ごしていました。経産婦はお産のすすみが早いと言われながら、なかなかだなくと違って

いたら前回の診察で4cmだった子宮口が一気に8cmになって、婦長さんの「そろそろいきんでみるう？」の声に赤ちゃんが反応したかのように、一気にいきみたい感覚になり、その間にあつという間に和室は分娩部屋に早変わりして、つらい陣痛も婦長さんの魔法の手のマッサージですごくやわらいで、幸子先生のやさしくて安心のできる声にはげまされ、いきむ度に赤ちゃんはスムーズに出てきてくれました。上の子も最後までリラックスして赤ちゃんの登場を見守ってくれていました。心配しながら赤ちゃんの誕生を心待ちにしていたやさしい主人と、いいお姉ちゃんになりそうな上の子といつもあったかい幸子先生、婦長さん、スタッフの方々に囲まれて出産できて本当に幸せです。みなさんに感謝します。ありがとうございました。

お産をして、今まで生きてきた中で一番つらかったということと、幸せという感想です。私は陣痛が長く、痛みがとてもつらかったです。

産後もしばらく体調が悪く大変でしたが、今、こうして赤ちゃんと過ごしていると幸福感と、無事産まれてきてくれたことの感謝で胸がいっぱいになります。

つらい間、本当にこちらのスタッフの方に助けていただきました。腰を何時間も押ししてもらったり、タオルであたためてもらったり、お風呂を入れてくれたり、いろいろとはげましてくれました。今思うと、夜中も他のお仕事とかあるのに、付き添ってくださったスタッフの皆様ありがとうございます。

これから出産される方、出産は人それぞれ違うと思いますが、先生方、スタッフの皆様にておまかせして臨んでください。安産であることをお祈りします。

1月6日、自宅でAM3:00すぎから陣痛の間隔が8分おきに……。AM5:00に主人と一緒に病院へ来ました。まだ強くない陣痛だと思い、入院できないと思っただけ、7〜8分おきに陣痛があつたので入院しました。

夕方には2〜3分おきになったけど、子宮口はまだ2cmしか開いていませんでした。PM5:00にアロマバスに入りました。すぐリラックスできて、1時間の入浴後には子宮口が6cmに。夕食後、洋室LDRに入り、陣痛は1〜2分おきになったけど、子宮口は8cmのままずっと変化なしの状態で夜中になりました。体が疲れなくて、子宮口が8cmのまま15〜20分おきに……。

1月7日AM6:00まで同じ状態で、その後薬をもらいAM8:21長い陣痛の末、無事女の子誕生。長時間過ごした洋室LDRはアロマの香りとリラックス

スできるミュージック。薄暗い照明で部屋にいる感覚ですごくリラックスして出産できました。ベッドの上でも自由な体勢になる事ができ、とても良かったです。今回は1人目の出産でしたが、2人目の時もお世話になろうと思います。

師さん、婦長さん、先生と夜中なのに一生懸命にして頂き、本当にありがとうございました。

出産って、本当に痛くてもう二度としないって思うけど、かわいい姿を見ると産んで本当に良かったって思います。

まだ名前は決まっていないけど、お姉ちゃんと仲良く元気で育って下さい。お姉ちゃんも赤ちゃんもヤナセクリニックで出産できて本当に良かったです。

本当に本当にお世話になりました。大切に育てていきたいと思えます。

6年も間が空いて2度目のお産！1人目は2660gで出産、とても痛くて長かったのに、今回は3000gをすぎてもまだ出産しない不安でいっぱいでした。陣痛の痛みも少し忘れかけていた頃、急に痛みだし、まだ2がまんできると家で頑張ってみたものの、結局約2時間程で出産できました。

夫と娘の2人が立ち会ってくれ、対応してもらった看護

予定日より1週間早い11/10のAM3:00頃、生理痛のような張りが始まり、4:00には急に強い痛みになりました。30分〜45分間隔が続いていたものの、朝8:00頃には一旦遠のき、「前駆陣痛かな？」と思っていたが、再びお昼頃から30〜20分間隔に。PM3:00頃から15〜10分間隔になったためヤナセクリニックへTEL。入院準備を整え、遠方で仕事している夫へ連絡を取り、病院へ。内診してもらおうとすでに子宮口が8cmも開いており、即LDRへ移ることになりました。

それからは進みが早く、あれよあれよという間に5分間隔〜3分間隔になり、赤ちゃんが恥骨や肛門をおしてくるのが分かりました。

進みが早かったので、楽しみにしていたアロマバスには入れませんでした。赤ちゃんが“外へ出たい”ともの

すごい生命力で頑張っているのをかんじたので、気持ちは割と落ち着いていました。徐々に痛みはピークに達してきましたが、婦長さんが腰をさすったり肛門に力を加えて下さったおかげでずいぶんと力がうまく調整でき、有難かったです。病院へPM4:00に来て、PM5:00にLDRへ↓PM7:00には無事出産！パパもPM6:30には到着し、ラスト30分の一番しんどい時に手をにぎってくれていたことも、心強かったです。今までヨーガやピクスに通っていた自信みたいなものも、良かったのかもしれない。初産で超安産であったことに本当に感謝です。

一緒に頑張ってくれた赤ちゃんに“産まれてきてくれて有難う”という気持ちで一杯になりました……。これから育児頑張ります！！

1人目のお産でとても出産は2度と無理だと思っていました。でも、子供がすごくかわいくもう1人子供を産みたいと思い、今回は納得のいくお産をと思い yanaセクリニックスを受診しました。結果はお産が1人目より楽だったことありますが、院長先生をはじめ、スタッフのみなさんがとても親身になって相談にのってくださいだったので、とても満足でした。陣痛時にアロマバスに入浴できたのも、すごくリラックスでき、お産をスムーズに進めることができました。

助産師の森中さんが分娩室で楽しく話をしながらはげましてくれたのも、とても印象に残っています。子供は2人と決めているので、もう産まないですが、今回が1人目ならもう一度ここへ産みにこれるのにも思います。親友が yanaセクリニックスで1人目を産んだ時に、「お産は楽しい!!」と私に言った言葉を思い出しました。

今回、2人目の出産でしたが、 yanaセクリニックスでの出産は初めてでした。

「2人目というのは予定日より少し早まるのもだ」と周知から聞いていたので10ヶ月後半を迎えた頃から心の準備をして毎日ドキドキしてました。でも近くなってきたも兆候もないまま、予定日を迎えて次の日の夜中に少しジワジワとお腹に違和感が・・・!

AM2時頃から始まり7時頃には定期的な10分間隔になって連絡。8時に病院に着いた時にはまだ子宮口は2cm。ジワジワと痛みもひどくなってお昼にやっと陣痛は5〜6分間隔。痛みにたえている私に看護師さんがアロマバスに誘ってくれたので入ってみると最高にリラックス。気分転換にもなるし痛みも少し和らぎ1時間程ゆっくりつかった後に診察してもらった時には子宮口はすでに全開大。分娩台に乗ってからはもう看護師さ

ん達のサポートに助けられて元気な元気な赤ちゃんを出産する事ができました。

LDR洋室はとても分娩室とは思えない雰囲気、主人も部屋に居やすかったと話してました。評判以上の皆様の手厚いサポートのお陰でとても良いお産が出来たと思います。

川口先生、スタッフの寺澤さんをはじめヤナセクリニツクの皆様、ありがとうございました。

2歳の姉も赤ちゃんに興味津々。2人の成長が楽しみです。

予定日が11月7日だったのですが、7日を過ぎても産まれず、11月15日入院……。自分が結構のん

びりやなので赤ちゃんものんびりしてたんだと思います。

11月15日取り合えず検査や内診をしてもらいましたが、産まれる気配はなく、先生の説明などを聞いて、私の場合子宮が全然開いていなかったみたいで、子宮の所に（簡単に言えば）しぼんだ風船を入れ、その風船の中に水をいれて膨らまし、子宮を大きくするという処置を15日のお昼からしてもらいました。その日は風船が入ってる為、痛みで夜中もちよこ起きました。次の日（16日）朝、風船を取り出し子宮の大きさも6cmぐらいまで開き！けど、陣痛が来なくて、陣痛促進の点滴をしてもらいました。お昼になってもそれ程強い痛みは来ませんでした。16時頃から少し痛みが強くなってきた、18時10分にLDR室へ移動で、もうその時には痛すぎて息をするのが難しい感じでした。18時

50分に分娩台に寝て、いきみ始め、19時には子宮口が全開し、19時13分風船が割れた感じで破水！それからスタッフの人が言ってくれる通りにいきみました。いきまないと痛くて、早く早くって頑張ったら19時46分、赤ちゃんが見えました。初めてでいろいろ不安もあったけど、先生やスタッフの方々がわかりやすく説明して下さったので、無事に産めたと思います。本当にありがとうございます。

今回は2人目の出産でした。1人目の時は34週で出血し、緊急帝王切開で産まれたものの低体重児であったため、しばらくの間保育器に入り、抱くことも直接母乳を与えることもできず、とてもさみしい思いをしました。

そんな経験もあり、2人目の妊娠がわかった時は嬉しさ半分、また早産になったらどうしようという不安半分でした。でも、その不安をはねのけるようにお腹はどんどん大きくなり、診察時に先生に「順調ですね」「元気に動いているね」という言葉に励まされてきました。

手術日が決まり、あと3日後・・・という時に破水してしまい、急いでヤナセクリニックに來ると、「準備ができ次第手術しますね」と先生に言われ、心の準備ができないまま手術がはじまりました。数分間が何時間にも感じ“早く終わってほしい”“早く赤ちゃんに会いたい”と心の中で叫んでいました。

「もうすぐ会えるからね」と先生の声が聞こえると、赤ちゃんの産声が・・・顔を見せてもらうと今までの緊張がほぐれ自然に涙があふれてきました。

今回はすぐ抱くことも、母乳をあたえることもでき、1

人目のときは違う感動を味わうことができました。最後に夜中にもかかわらず手術をして下さいました先生方、看護師さんには感謝の気持ちでいっぱいです。

ありがとうございます。

初めての妊娠・出産でした。ベビーカーも妊娠中は頑張ってくれて、たくさんの方の協力を得て仕事もこなすことができました。予定日が来なくても、なんの兆候もなく、いよいよ誘発入院かと思いつつ、両親と水入らずで家の周辺を散歩しました。散歩の効果的の中で夜中の3時に5分おきの腰痛を自覚し、朝になってクリニックへ入院しました。LDR室に入り、われそうな程の腰の痛みにパパ・お母さん（実母）妹は一生懸命さすって

くれました。耐えきれず何度もスタッフの人達に弱音をはいてしまいましたが、優しくはげましてくれました。柳瀬先生も来てくれていよいよご対面へ。たくさんの方がママのお腹や腰をさすってくれたおかげで後押しされる様に、ベビーカーは本当にたくさんの方に掲げられ、私は感動と幸せを感じました。

★これから出産を迎えるママへ 必ずたくさんの手が赤ちゃんとの対面に導いてくれますよ。安心して下さいね。★

2004年12月ご出産

予定日が近づくにつれ、“自分はどんな風に出産するんだろう・”ととても不安でした。予定日より3日過ぎた11/24に入院し、1時間おきに1錠ずつ6回、誘発の薬を飲みました。でも、これと言った痛みや変化はななく夕方まで過ごし、また明日かな? ”と思っていると、お腹の下の方に痛みが・・・段々立っているのも辛い程の痛みになり、先生に検診してもらうと、子宮口は8cm開いていました。LDR室に移動し、アロマバスに入りました。ラベンダーの香りとお湯の温かさでずい分、痛みが和らぎました。和室の布団に横になり、陣痛の痛みに耐えていると、いつの間にか子宮口は全開に・・・

陣痛の痛みに合わせて、力一杯いきみ・・・子宮口全開から2時間43分間後、無事待望の我が子に会うことが出来ました。

和室での出産はとても自然で、TVで見たり自分がイメージしていた出産とは違い、誕生した時も「えっ!? 本当に???’’と思う程でした。スタッフの方が陣痛時、痛みが和らぐよう体をマッサージしてくれたり、ずっと側についていてくれたので、とても落ち着きました。幸子先生をはじめ、私の出産に付き添って一緒に頑張ってくれたスタッフの方々に・・・最初から最後まで側にいてくれただんなさんに・・・とても感謝しています。本当に本当にありがとうございます。

アロマバス、LDR室の安らぐ音楽、陣痛時のアロマオイルによるマッサージ良かったです。

予定日H16・11・28でしたが、私のお産は2日遅れました。予定日を2日過ぎたこの日は午前中に検診を受けました。赤ちゃんは元気でした。内診してもらったが、先週はほとんど変わらず、子宮口は2cmぐらいしか開いてなかった。この時、『私は本当にお産できるのか？』と不安になっていたので、2日後に入院する事に決めました。その後、安心したのかお腹がよく張っていました。そしてその夜、12時すぎぐらいから3分間隔で生理痛の様な痛みが続き、これが陣痛なのかよくわからず、1時間ぐらい様子を見て病院へ電話を。病院へ着いたが、痛みはさほど強くなかったのですが、和室の分娩室へ入り、NSTを着け始めると痛みが強まり、間隔もせばまり、内診を受けると子宮口7cmまで開いていました。アロマバスをしたかったのですがあまりにも早い進みでもできませんでした。NSサンが私の

腰にホットパックをしてくれました。これは本当に痛みが少し和らぎました。それとプラスでNSサンの腰のマッサージ、ずっとそばに居てくれたので助かりました。ダンナさんもそばに居てくれ腰を押してくれたり、出産直前は分娩台の変わりになってくれ一緒に出産した感じでした。私は結局陣痛開始〜3時間32分で出産することができ、傷もなく赤ちゃんも元気で自分の希望するお産ができました。先生、NSサン、赤ちゃんありがと*自分の思い通りのお産ができたせいか、今、赤ちゃんと過ごす時間がすごく楽しく幸せです。満足できるお産が楽しい育児につながるのではないかと思う

2人目の出産でしたが、今回は本当にリラックスして出産でき、2時間22分という早さで赤ちゃんに会えました。いきむ方向がいまいち分からない私に適切なアドバイスや体勢を変えたり工夫してもらったので、助かりま

した。また、アロマオイルをつけて太ももをずっとマッサージしてもらっていたのも気持ちよくてリラクセスできました。

スタッフ全員が本当に優しく、私の理想通りの出産ができてとても満足しました。だからか痛みもあまり感じませんでした。その後、入院生活も快適でヤナセにしてよかったなーとしみじみ思いました。赤ちゃんを生むということ、育てるということは、苦痛や苦勞じゃなくて喜び、楽しみなんだなーという気持ちにさせてくれたヤナセクリニックのお産&入院生活でした。今は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。

子供のいない友人が『3人めやで余裕？』と言うけど、

3人皆違う産院だったし、3人いろいろありました。初産は11年前、自然分娩で。2人めは6年前、緊急帝王切開で。3人めは今回ヤナセクリニックです。仲の良い友人が『ここで出産してよかった』と薦めてくれたので。外来で検診に来て、予定日4日前に診察して頂いたあと、そのまま入院。歩けない私の出来ない事を看護師さんは“何でも言つて”と全てやってくれました。アロマバスにも入れてくれました。陣痛らしきものがないまま予定日、院長と主人と話した結果、促進剤使う事に……。3錠めを飲んだ頃コレだ！という痛みがあり、車イスでLDR室へ。悲鳴をあげる私に付き添ってくださったのは、総勢10名近かったみたいで……。そして連絡をうけた主人が来て……。個室を出て1時間弱のスピード出産でした。産後も痛い脚を気づかって何でもやってくれました。無事退院できるのも皆様のおかげです。ありが

とうとうございました。

これから出産予定の皆さま、安心してヤナセクリニックでお産してください。

ぜひココロ。。。

夜中寝てる時に何か出たと思って、あわててトイレへ・・・出血まじりの水？初めての出産だったのでおしるしなのか破水なのかも分からなくて・・・とりあえず電話して病院へむかっただけ、気持ちはドキドキ！見てもらって破水した事が分かって、そのまま入院へ。朝方陣痛きつくなってきた、まだまだと言われながら（家族に）頑張ったけど、見てもらってる時にはすでに子宮口は全開！！急いで分娩室へ入って、1時間ちよつとで

の出産。安産で言われたけど、私には「？」とも思った。

でも、可愛かったら産まれた時の感覚は分からないままに過ぎたけど・・・赤ちゃんとりあげてもらって顔を見たら実感が！！声を出して泣いている姿に感動しまくり！可愛いくって見ててあきない親バカ？のママです。

予定日を1週間過ぎて、待ちに待った陣痛のきざしがやってきました。夜中の4時半頃に和室の方のLDRへ入院させてもらいました。和室で出産してみたかったのでワクワク。3人目の出産だし、気持ちも余裕のはず・・・でもやはり出産は神業！！高まる痛みに顔をしかめて我慢するしかできないよー。

(私)：「また痛くなってきました。」

(助産婦さん)：「おしりの方をおさえてくれたり、子宮を広げてくれたり。」

→これが痛みすごくやわらぎま

した。

(私)：「おさまりましたー」

(助)：アロマオイルを塗ってくれたり、つつた足をさすってくれたり。この繰り返しでいよいよいきみに突入！2人目は3回くらいいきんだらするりと出てきたのに、3人目は手ごわい。陣痛も少し弱くてなかなか出てこない。(と感じました、後で思うとこれが普通?!)先生や助産婦さんの言ってくれるようにいきむしかない！

(私)：「んーーーーー」

(助)(先)：「そーそー、上手にいきめてるよー」この

言葉に励まされやつと赤ちゃんが出てきました。へその緒がつながったままの赤ちゃんの姿には言葉にできない感動の気持ちでいっぱいになりました。

3人目を授けてくださった神様、無事に産まれてきてくれた赤ちゃん、頼もしくって、つぼをおさえたサポートやリードをしてくださった助産師さん、先生に感謝です。

私のお産は、高位破水で始まりました。破水で始まるお産は大変だよと言われていたので、その瞬間はどちらかと言うと予定日を過ぎていたのに、「やった〜！」というより「しまった・・・」でした。

そしてそこから、ほとんど痛くない微弱陣痛を2日弱過ぎ、最終的に点滴という行程で、ようやく本格的な陣

痛スタート。そこからはあつと言う間に陣痛が進み、約3時間半の出産となりました。和室LDRで主人と2人での出産となりましたが、大変面白かったです。いきんでいいよと言われるまでは、何としても痛みを逃さなければと思っていた私は、主人の協力を得、そこまでは上手く出来たんですが、「いきんでいいよ！」と言われてからはダメダメでした。その場で反論できる感じではなかったのです、心の中の声をここで。「硬いウ〇チするみたいにいきむのよ！」と言われた時には口では「ウオオ〜！」と言いつつ（妊娠してからずっとウ〇チやわらかくて、硬いのなんて覚えてないよ〜）でしたし、足元に1人ずつ山口先生と助産師がついてくれて、「私達をふみ台にしていきむのよ！」の時は、「グウワアアア〜！」と言いつつ、（そんな人様を足蹴にするなんて失礼なこと出来ないよ〜）と思ひ、頭が出て、「もういきまなく

ていい」と言われてもいきんでしまった私は、走り終わった馬みないに「ドウルルルル」と言いながら、（あもう体が言うことかかない・・・）でした。思っていた以上に主人も協力的でしたし、良いお産だったと言えると思います。

今回、2人目の出産でしたが、ヤナセクリニックでの出産は初めてでした。

「2人目というのは予定日より少し早まるものだ」と周りから聞いていたので、ドキドキしていました。でも近くなってきたても兆候もないまま予定日を迎えて、次の日の夜中に少しジワジワとお腹に違和感が・・・！

AM2時半頃から始まり7時頃には定期的な10分間隔になって連絡。8時に病院に着いた時にはまだ子宮口は2cm。ジワジワと痛みもひどくなってお昼にやっと陣痛は5〜6分間隔。痛みにたえている私に看護師さんがアロマバスに誘ってくれたので入ってみると、最高にリラククス*気分転換にもなるし、痛みも少し和らぎ1時間程ゆっくりつかった後に診察してもらった時には子宮口はすでに全開。分娩台に乗ってからはもう看護師さん達皆のサポートに助けられて元気な元気な赤ちゃんを出産する事ができました。

LDR洋室はとても分婉室とは思えない雰囲気、主人も部屋に居やすかったと話してました。評判以上の皆様の手厚いサポートのお陰でとても良いお産が出来たと思います。

川口先生、スタッフの寺澤さんをはじめヤナセクリニッ

クの皆様、ありがとうございました。2歳の姉も赤ちゃんに興味津々。2人の成長が楽しみです。

初産のため、何もかもが未知の体験。予定日前日になってもお腹は強く張らないし、子供の位置も高そうだし、きつと出産は遅れるんだと私も家族も思っていました。予定日当日の12月10日に日付も変わり、夜中2時。

目が覚めると、ジワジワと下腹部に違和感... 何となく時計の針を見送っているとどうやら10分おきくらいのペースでやってきている様子。

もしかして... と思いつつ、そのペースは5分おきになり、おしるしも発覚(?)。もう確信せざるを得ない状況になり、病院に行くことになりました。それが私のお産のスタートです。でも、検診の結果、やはり子どもの頭がまだ高いので、先は長いだろうということで、長い陣痛を覚悟していたのですが...

今思うとそこからたたみかけるように、事態は進んでい

た！！

きました。頭の位置を下げたいと歩き回っていたら、グ
ングン下りてきたし、出てきてくれ！と力を入れたら、
入れた分だけ外に近づいてきた私の子。そもそも予定日
ぴったりに生まれてくれるなんて、生まれる前から親孝
行かも……。とかなんとか、親バカな感想を抱いた私の
お産でありました。2600gの女の子と、自分のお腹
の向こうで対面した瞬間は感激というより、出会いとい
う運命の不思議さを感じた気がします。（もうウロ覚
え……）

最後になりますが、迫る痛みに恐さと不安でどうしてい
いかわからなかった私がスムーズなお産を果たせたの
は、ヤナセクリニツクの先生方、スタッフの方々の適切
な処置とアドバイスとフォローがあったからでした。本
当に心から感謝しています。ありがとうございます

今回は2人目の出産で、1人目の時が41週5日で何と
か誘発せずに自然分娩だったので、陣痛を感じてか
ら長時間かかったのが、今回もその覚悟でした。妊娠が
わかってから色々な行事が重なり、臨月まで忙しく動い
ていたのも、少しは早まるかもという期待もありました
が、やはり予定日になっても兆候はありませんでした。
その途端、その日15：00頃に外出先で破水。まさか
自分が破水するとは思ってもいなかったのも、少し焦り
ましたが、何とか無事家に辿り着き、病院へ連絡、その
まま入院する事になりました。16：00過ぎから何と
かお腹に痛みを感じるようになったものの、なかなか進

まず、夜中も10〜5分間隔で続き、寝るべきか悩みま

したが、前回の経験から寝る事にしました。朝方頃から

ようやく間隔が短くなり、子宮口も開いてきたようで、

痛みも増してきて不安になってきた頃から婦長さんが

ずっと付いて痛みを逃すのを手伝って貰ったので、精神

的に楽でした。10:20頃、子宮口全開となり、痛み

は最高潮！主人やスタッフの方々に助けられ、10:4

8赤ちゃん誕生となりました。今回は皆さんが付いてい

てくれているという安心感から大きな声で叫んでしま

い、誕生の瞬間も何とも言えない感動を味わいました。

上の子が嬉しそうな顔で「赤ちゃん産まれてきたの？」

と眺めている姿を見ると更に頑張つて良かったと、2人

が愛しく思えました。これからが大変ですが、この気持

ちを大事に子育てしていこうと思います。そんな気持ち

を与えて下さった先生、婦長さん、スタッフの方々、本

当にありがとうございます。

初めてのお産で、この日が来るまで不安でいっぱいでした。

最初、切迫早産と診断されていたので、いつ陣痛がくるのかと、予定より1カ月以上前から心構えをしていたのですが、実際、予定日2日前にきました。

痛みが増すにつれて、いよいよ赤ちゃんに会えるという嬉しい気持ちと、どこまで痛くなるんやろーっていう恐怖が迫ってきました。

時間の感覚がなくなつて、4時間後くらいに赤ちゃん誕生しました。初めての経験する痛みで、何度も逃げ出しなくなつたけど、家族とスタッフの方々の応援のおかげ

で最後まで頑張りぬくことができませんでした。あの優しさと、あの声かけがなかったら、もっと苦しんだと思います。赤ちゃんに出会えた喜びと、痛みからの解放でその時はちゃんと御礼できなかつたけど、本当に心から感謝しています。ありがとうございました。

お腹を痛めて産んだ大事な子供、元気に育てていきたいです。

次があるなら、もちろんヤナセさんでお願いします。産んだ後も、やなせ先生、川口先生、スタッフの皆さんに優しくしていただいて、とても快適に過ごせました。

2人目のお産。周りからも早く産まれてくるんじゃないと言われながらも、予定日になっても兆候がなく、推定

体重が3400g超えたので、入院して出産することに……

身体が重く、腰が痛かったりと日々かなり辛くなってきてたのに、ぜんぜん産まれてくる様子のない1日目。

2日目にして、やっと点滴で痛みが強くなってきた。「あとのくらいで産まれてくるんだろう」と痛みをがまん点滴を初めて、4時間くらいたった時に、先生の診察。

その時には子宮口が8cmも開いてる。1人目の時には、倍近い時間痛さと戦っていたのに、なんて早さ！誰もが、まだまだ時間がかかるねと話していたので、立ち会い分娩のつもりが一人でお産することに。超あつという間に3645gの女の子出産。安産すぎて自分でもびっくりでした。これから寝れない夜や育児の大変さで、イライラしたりすることもあるだろうけど、初めての笑顔を見たり、音のする方向を見たりと、日々の成長を楽しみに

しながら、自分のペースであせらずゆっくりと一緒に過ごしていきたいと思います。

最後に、先生やスタッフの方々の励ましの言葉で弱音をはくことなく、出産ができた様に感じます。元気な赤ちゃんで本当によかった。ありがとうございました。

12月5日の午前0時すぎからお腹が少し痛みだし、我慢できる程度だったのではらく様子をみていたのですが、5分おきくらいに痛くなってきたので、病院に電話して午前4時頃入院しました。私は陣痛がきたら、スムーズにその日のうちに産めるものだと思っていたのですが、それは甘い考えでした。入院した時は、子宮口が硬くて全く開いておらず、そのまま部屋で子宮口が開

いてくるまで陣痛との戦いでした。痛みはますますひどくなってくるし、なかなか子宮口は開いてくれなし、とてもつらくてこんなにしんどいとは思いませんでした。その日の午前中に子宮口をやわらかくする注射をしてもらいましたが、夜になつてもわずか1.5cmしか開かず、痛みで眠れないまま次の日になり、午前中にもう一度注射をしてもらい、陣痛に耐えながら歩いたり、ヨーガのポーズを試してみたり、なんとか赤ちゃんが下がってきて、子宮口が開くように、看護師さん達がいろいろアドバイスしてくれて応援してくれました。痛みが少しでもやわらぐように腰を温めてくれたり、アロマスにも入れてくれました。アロマスは本当に気持ちよくて、2日寝てなかったぶん、うとうと眠ることができました。午後4時頃、子宮口は約4cm開いているとのこと、先生と相談してLDR室に入り、陣痛を早めてもらう点

滴をうってもらいました。すぐに陣痛の間隔が早くなって痛みもさらに増し、痛くてもがきわめてました。でも看護師さん達が一緒に呼吸法をやってくれたり、腰や足をさすってくれたりして、側でずっと応援し、励ましてくれました。子宮口もスムーズに8cm、9.5cm、10cmになり、先生や助産婦さんにいっぱい声をかけてもらいながらいきんで、12月6日の午後9時2分に元気な女の子を出産することができました。赤ちゃんができた瞬間、今までの痛みなんか忘れるぐらい、赤ちゃん誕生の喜びは何百倍も大きなものでかえってきました。先生や病院のスタッフの皆さんにいっぱいアドバイスや応援してもらったおかげで、最後までのりきることができ、赤ちゃんに会うことができました。本当に感謝の気持ちでいっぱいです。これから出産を迎える方々も、心強いスタッフが常に応援し励ましてくれるので、

安心してがんばって下さい！私もこれから赤ちゃんと共に新たな生活をスタートさせ、一緒に成長していきたいと思います。

私は予定日3日前ぐらいなつてヤナセクリニックにお世話になる事になりました。初めての出産だし、めちゃくちゃこわかったです。でもみんなスタッフの方々がすごくやさしく何でも相談にのってくれてその不安はなくなりました。そして予定日より2日遅れて陣痛らしいものが来て病院に行きました。でもそれは本格的なものではなかったので、1回家に帰って様子を見る事にしました。そして次の日の朝3時ぐらいからお腹がはりはじめ、おしるしがありました。

ストロベリーダイアリーを見ながらどうしたらいいの
かを見て、朝10:00ぐらいに10分間隔ぐらいあ

て定期的に陣痛が来たので、病院に来てすぐ入院しまし
た。少しずつ子宮口が2cm、4cm、6cm8cmと

ひらいてきて痛みもピークになり、私は本当に痛いのが
ダメであばれてしまい、深呼吸もまったく出来なくて、

かなり看護婦さんに迷惑かけまくりでした。ずっとそば
にいてくれて、マツサージしてくれたのに、赤ちゃんの

事より自分の事しか考えてなかったなと思います。その
ときににんなに言われたのが赤ちゃんもくるしいけど

がんばってるんだよって言われた時には何かこんな
じゃだめだと思いました。あんな痛みがあったからこそ、

赤ちゃんが出て来た時にはすごい感動でした。不思議と
母親としての自覚がすぐ出て来ました。本当に今は生ん

でよかったなと思うし、大人になった気がします。ヤナ

セさんでよかったと思います。本当にありがとうございます。
ました。これからもよろしくお願いします。

12/6 AM9:22 2770gの元気な女の子を
出産しました。

予定日まで2週間あり、検診の予定だったこの日。AM
4:30にお腹が少し痛み、AM5:00にまた痛みが。

ん？と思ってトイレに行ってみると、おしるしが。パパ
を起こしてみたものの間隔がまだあったから再び眠り

に……。でも10分後位にまた痛みが。あわてて準備
をはじめました。

痛みの間隔が不定期だった為、まだ余裕があると思いな
がらも、AM6:20頃着き、内診をうけてみると、び

っくり！子宮口が8cm開いてるって。
LDRルームに移っても「いきむ」ことも初産でわから

ず、助産婦さんやパパを困らせてしまっていました。A

M9:00すぎ破水。やっといきむことがわかりはじめた時、元気な愛娘と対面という安産でした。

感動でした。パパも感動して涙。

これからが大変だけど、パパとママの子どもに産まれて幸せだと思ってもらえるようにめいっぱい愛して育てていきたいと思います。

先生方、助産婦さん、看護師のみなさん、実習生の高橋さん

ほんとうにありがとうございました。

今回、私は二度目のお産で、こちらのヤナセクリニックにお世話になりました。一度目は別の病院で予定日より一週間早く誘発で出産したため、いつやってくるかわからない陣痛に、今回はドキドキしながら毎日過ごしていました。どの程度の陣痛で病院に来ればいいですかと、先生に聞いたら“腰にドーンとくる感じ”と言われて帰

った検診の日の夜のことでした。うわさの陣痛がやってきて、病院に連絡、PM11:45頃到着、洋室のLD Rに入ることに。まず内診「もう7〜8cm、これはすぐ産まれます」と言われました。赤ちゃんが産まれたのは、AM1:53 超安産ということだったけれど、その時間とーっても長く感じました。

陣痛のあいだ、婦長さんが足・腰をアロマでマッサージして下さって、それがとても気持ち良くて、陣痛の合間にはリラックスして波のように次おそってくる陣痛を待ちかまえていました。

“がんばろうね”とはじめに言われた一言で不安だった気持ちもスーッと楽になりました。無事、産まれてきて大きな声で元気に泣いている声をきいて、お腹の中で激しく動きまわってたのは、この子か…と、あー、とうとう出てきたのかあと実感しました。前回のお産より痛

かったけれど、何倍も満足なマタニティライフ、出産をこちらのクリニックで経験できた気がします。優しくて親切な先生、スタッフの方々本当にありがとうございますました。

ちょうど予定日の朝4時頃から、10分間隔の陣痛が始まりました。「やったあ、予定日ぴったりに産まれるぞ」と喜び一杯で陣痛をこらえました。おしるしは10日以上も前にあったので、この日が来るのをドキドキで待ちわびていたところでした。陣痛の間隔が5分、6分、7分くらいになってきて、9時に入院しました。アロマバスに入り、子宮口が開いてくるのを待ちました。なかなかスムーズに進行せず、2回も（それぞれ2時間間くらい

ずつ）アロマバスに入りました。結局、予定日のその日のうちに出産は無理で、約24時間かかった次の日に子宮口全開大に。そしてまたまたそれから時間がかり、全開してから約8時間かかって、やっとこさ赤ちゃん誕生となりました。その間、もういつたいどうやったら産まれてくるのだろうか？？というかんじと、へトへトといったかんじでしたが、スタッフの皆さんに助けられ、なんとかがんばれたという感じでした。「腰が痛い痛い」というと「痛いなあ〜」と言って、わかってもらってるのが、とても伝わり、アロマオイルをつけて腰や足をずつとマッサージし続けてもらって、すごいやされました。最後は、「はあく、やあくつと産まれた」というなんとも言えない安心感と喜びと感謝でいっぱいでした。本当にみなさんありがとうございます。

ヤナセさんで2回目のお産でした。予定日の12日前です。今回の進行は20:00頃「アレ?いつもより強い張りだなあ...」(びてい骨の下あたりの痛み、ぐぐつと押される感じ)「20:30頃 7、8分間隔の規則性を感じました。軽産なのでやはり陣痛開始はよくわかりました。21:30にヤナセTEL 22:00にヤナセ入り、22:30に既に子宮口は7cm開いており、全開が0:00、0:30には和室LDRにて無事出産となり、経産婦ウワサどおりの陣痛開始から4時間半、お産の所要時間2時間半(分娩は15分)の超スピード産となりました。自分でもビックリしました。

1回目の出産と比べ、所要時間が短く比較的ラクだったです。あと、もちろん陣痛や出産は痛いですが、1回目のとき夢中で覚えていない痛みの「感覚」を記憶できました。言葉で表現するのは難しいですが、7cmのとき

は「イタ〜イ」全開のときは「ヒィ〜ガマンできないくらいイタイ〜」みたいな(笑)

他には出産の時ベビーがくるりくるりと回転しながら出てくる感覚もわかりました。お産にもやはり経産の余裕が多少あったようです。が、育児はまたさらに余裕です。(笑) 1回目は泣く度ビックリして何事も慎重に緊張してやっていたのに、今は...??

最後になりましたが、ヤナセの先生、スタッフの皆さん本当にありがとうございました。

「12月6日」予定日より4日早く陣痛が来て、午後3時前に病院に到着。すでに子宮口は5cmの開きで、そのまま入院になり、LDR和室へ入りました。洋室希望だった為、畳でのお産になった時かなり不安もあり、パ

パパは一体どこで立合うの？って感じでした。クッションをあて、私の後ろでパパが支え、先生、スタッフの方が

足を支えてくれる出産は、私の予想外の出産光景でした。痛みのため、体をよじって動きまわる私を支えるのは、かなり大変だったと思います。陣痛が来るたびに、パパの手をしっかりと握り、先生方のアドバイスに従っていきみましたが、「こないいきみ方で赤ちゃんは出てこれるの？」という不安がずっとありました。でも痛みの中、かすかに耳に入ってくる「大丈夫！！」「上手くできてるから」「声をもらさず口閉じて〜」っていう言葉を頼りに頑張れました。激しい陣痛から約5時間後の午後10時22分我が子の誕生、幸せの頂点でした！！この時、先生、スタッフの方への感謝と共に、パパへの想いも強まった瞬間でした。立会いを希望していましたが、こんな近くでパパの力もたくさん借りて出産になるとは想像

もしていませんでした。実際、経験して本当に良かったと思いました。パパありがとう！

最後、内出血、貧血等でしたら自由のきかない私をスタッフの皆さんが優しくお世話してくださり、入院中、いつも笑顔で対応してくださったことで心も安らぎ不安も1つ1つ解消できました。院長先生、川口先生、スタッフの皆様、本当にありがとうございました。たくさん人の温もりを感じることができるとこのヤナセクリニックで2人目もぜひ、お世話になりたいと思っています。

12月15日 AM3:31 第二子念願の女の子を出産しました。

前日の14日 AM9:30頃におしるしがあり、ドキドキしながら1日を過ごしました。私はヘルニアなので、朝から予約していた骨盤調整の治療院へ行き、その帰り入院に備えて買い物をして帰宅。午後からは長男と一緒に庭で遊びながら草むしりや家の掃除などをして、なるべく体を動かして過ごすようにしました。

予定日は18日だったので、ここまできたら早く産まれて来て欲しいという思いで一杯でした。

陣痛かな？と感じたのは14日、PM11:00過ぎ頃で、時間を計ったらだいたい10分。でも2人目でもあまりよく分からず、様子をみながら洗濯物を干していたら、少し腰の方にも痛みが来るようになったので病院にTEL。15日AM1:30頃、病院に着いてからはア

ッという間に進んで、無事に出産する事が出来ました。アロマバスはやっぱり最高です?!痛みは不思議なくらい和らぐし、体も温まるので気持ちよくリラククス出来ました。本当に望んでいた通りの自然なお産ができ、ヤナセさんで出産出来て良かった!!先生、スタッフの方々、自然にスムーズにお産の指示を頂き、本当にありがとうございました!!

今回は2度目の出産でした。2人目なので予定日より早く産まれるかなーっと思っていました、なかなか産まれるけはいもなく。予定日は12月16日で、上の子のたん生日の次の日だったので、いっしょのたん生日になったらかわいそうかなーっと思っていたら、12月15日のAM4:00ごろからとっぜんおなかがいいたくなってきた、時計ではかかっていると7分かんかくでした。5:00すぎに病院へTELをして、6:10ごろ病院

へ。上の子もいっしょにいったのでビデオをみたり、本
をよんだりしていました。ろう下をあるいたりしてなる
べく早く産むぞーとがんばっていましたが、PM1:0
0ごろになってやっと3分ぐらいになってきて、2回目
はもっと早いと思ってたのにーなどと考えてました。で
もそこからは早く、PM2:30頃に破水したらもう頭
みえてきてるよってゆわれてビックリ。5回いきんだだ
けで、産まれて本当におどろきました。上の子と同じ日
に産まれるとは思ってなかったので、すごくおどろきま
した。胎盤が出なかったり、出血が多くて、あと少しし
んどかったけど、先生や看護婦さんのやさしい言葉やマ
ッサージでなんとかのりきれました。本当に感謝してい
ます。

チヨロチヨロとした破水が数日続いている状態で入院
したので、まだ陣痛はなく、5階から1階までの階段の
上り下りを繰り返しました。翌日も階段の上り下り。夕
方頃には陣痛で立ち止まるようになり、お夕飯はほとん
ど口にできず、夜中にはベッドの上で横になっているこ
ともできず廊下をウロウロ。痛みとこれから自分がどう
なるのか？という不安から、涙がポロポロ出てきました。
耐えきれなくなつて、LDR室へ。主人の立ち合いで出
産が始まりました。「痛いー！！」と響き渡るほどさけ
び、看護婦さんの声も耳に届かない程で、いつまでこん
なことをしていたらいいんだろう？と思いました。もと
もと体力がなく、陣痛の合間に眠ってしまったりしま
したが、パーンと風船がわれるような音がして破水。主
人の手をにぎり、最後の力をふりしほりました。大きな
声で泣く、3405gの男の子でした。「こんなの入っ

てんだあ」というのが第一の感想でした。夫婦で力を合わせてこそできた宝物です。

本当に全てが自然の流れで、2人目もお世話になりたいと思っっています。先生、看護婦の皆さん、本当にありがとうございました。

ヨガをやっててよかった！そしてヤナセにしてよかった！これが私の出産を終えての感想です。

陣痛誘発剤を使つての出産でしたが、陣痛から約5時間という安産でした。ヨガで学んだ呼吸法は大変役に立ちました。うまく呼吸できたこと、そしてビクスで様々な運動をしたことが安産につながったのだと思います。

出産に際しては、陣痛から出産までずっと主人が側にい

て励まし続けてくれました。出産という感動を二人で感じる事ができ、本当に良かったと思います。主人も立ち合つて本当によかったといっています。

私は和室のLDRを希望し、出産しました。自分の好きな体位で産むことができ、和室にしてよかったなと思います。和室LDRおすすめてです。

毎日かわいい娘と一緒にいることができ本当に幸せです。これから主人と大切に育てていきたいと思っています。

ヤナセ先生、川口先生をはじめ看護師のみな様のおかげで無事出産をおえることができ、心から感謝しています。本当にありがとうございます。

やっぱりヤナセにしてよかった！そう思います。

三重県津市乙部5番3号

フェニックスメデイカルセンター
(C) 医療法人碧会 ヤナセクリニク

19990149



Yanase Clinic

Obstetrics And Gynecology

長い長いリサーチの末、ヤナセクリニックの事を知りました。そしてそれからと言うもの、全てが我々の希望にピタッと当てはまるようになったのです。自然で人間的なお産、オープンでフレンドリー、かつ的確な情報を与えて下さるスタッフの方々。そして最も重要であり、素晴らしかったのは、ここヤナセには自分達の仕事に全力を尽くすプロフェッショナルな人々がいるという事です。この皆さんは母となる人をはげまし、自分の体の中に備わっている力を信じるよう、教えてくれました。それこそが本当にあるべきお産の姿ではないでしょうか。