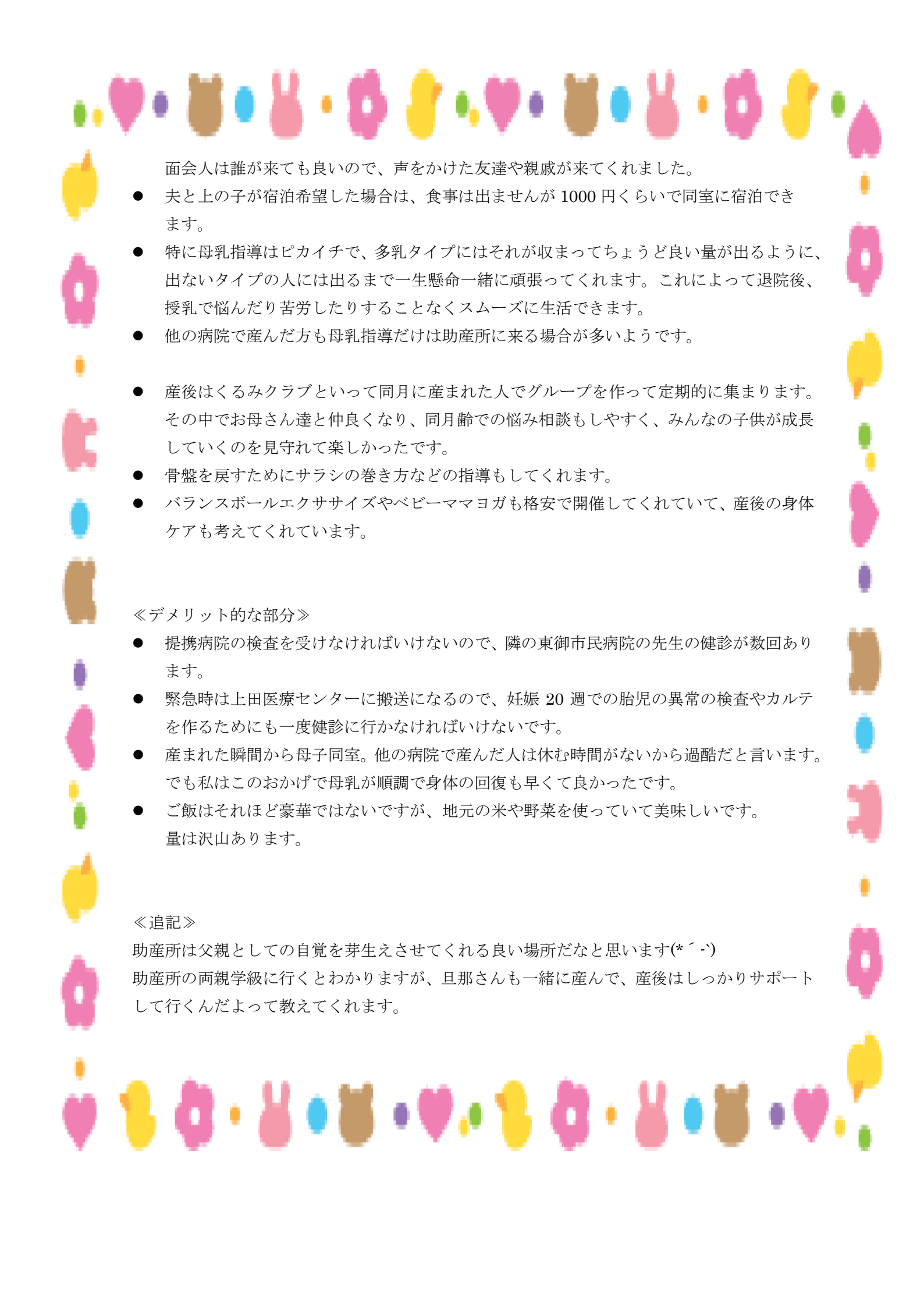


K. Y 様 平成 26 年 1 月 4 日 第 1 子出産
平成 29 年 5 月 3 日 第 2 子出産

《助産所の良かったところ》

- 妊婦健診時から細かい相談に丁寧に乗ってくれて、休日も関係なく心配事があれば 24 時間電話することができ、安心できました。
- エコー検査では、毎回丁寧に時間をかけて赤ちゃんの顔などを写真に収めようとしてくれます。1 人につき 40 分から 1 時間くらいかけて健診してくれるので、次の人の時間など特に気にせずゆっくりお話し出来ました。
- 性別を知りたいければ教えてくれます。
- 健診には上の子や夫、家族が一緒に行っても大丈夫でした。
- 安産になるためのコツを色々教えてくれます。(身体を温めることや食事法など)
- マタニティヨガ、ウォーキングも開催してくれています。
- お産時は助産師さんが産まれるまでそばに付いていてくれて、ギリギリまで放って置かれて不安になるとかそういうことはありませんでした。フリースタイルなので陣痛が来てから分娩台への移動等が無く、入院する部屋でそのまま好きなスタイルでお産できます。
- 助産師さんは誰に当たっても皆さん一律に技術や指導が上手く、そして優しく、お産がスムーズに進むように促してくれます。(この体制の方がラクになるかもとか、こういう呼吸の方が良いよとか)
- 立ち会う旦那さんも一緒に協力して産むという感じなので、旦那さんも達成感があります。
- 今回のお産ではビーズクッションに夫が座り、そこに私が寄りかかり、夫に抱えられるスタイルで産みました。夫は私が力むのがよく伝わって来て、自分も産んでいる気分になったと言っています。
- 立ち会うメンバーは自由に選べます。
- 今回は上の子と実母がお産を見守ってくれました。自宅で産んでいる感覚です。上の子も「自分が見守って生まれた赤ちゃんだ、良い経験をした」という気持ちで今もいてくれます。
- 昼間に産めると安く、夜間だと割高になります。土日祝は関係ないので、休日料金割増は無いです。
- 入院 1 日目から入浴させてくれます。アロマ風呂なので好きな精油を垂らしてくれて、アロマオイルによる傷口回復やストレス解消なども考えてくれます。
- アロママッサージの時間が毎日あり、育児疲労が軽減し、癒されて、エステに通っている気分でした。
- 食事の時間や入浴時、アロママッサージ時は助産師さんが赤ちゃんを預かってくれます。疲れたから預かってほしいと言えば、預かってくれるそうです。
- 面会は基本 15 時から 20 時までで、時々うちの家族は時間関係なく面会をしていました。



面会人は誰が来ても良いので、声をかけた友達や親戚が来てくれました。

- 夫と上の子が宿泊希望した場合は、食事は出ませんが 1000 円くらいで同室に宿泊できます。
- 特に母乳指導はピカイチで、多乳タイプにはそれが収まってちょうど良い量が出るように、出ないタイプの人には出るまで一生懸命一緒に頑張ってくれます。これによって退院後、授乳で悩んだり苦労したりすることなくスムーズに生活できます。
- 他の病院で産んだ方も母乳指導だけは助産所に来る場合が多いようです。
- 産後はくるみクラブといって同月に産まれた人でグループを作って定期的集まります。その中でお母さん達と仲良くなり、同月齢での悩み相談もしやすく、みんなの子供が成長していくのを見守れて楽しかったです。
- 骨盤を戻すためにサラシの巻き方などの指導もしてくれます。
- バランスボールエクササイズやベビーママヨガも格安で開催してくれていて、産後の身体ケアも考えてくれています。

《デメリット的な部分》

- 提携病院の検査を受けなければいけないので、隣の東御市民病院の先生の健診が数回あります。
- 緊急時は上田医療センターに搬送になるので、妊娠 20 週での胎児の異常の検査やカルテを作るためにも一度健診に行かなければいけないです。
- 産まれた瞬間から母子同室。他の病院で産んだ人は休む時間がないから過酷だと言います。でも私はこのおかげで母乳が順調で身体の回復も早くて良かったです。
- ご飯はそれほど豪華ではないですが、地元の米や野菜を使っていて美味しいです。量は沢山あります。

《追記》

助産所は父親としての自覚を芽生えさせてくれる良い場所だなと思います(*´-`)

助産所の両親学級に行くわかりますが、旦那さんも一緒に産んで、産後はしっかりサポートして行くんだよって教えてくれます。

M. H 様 平成 23 年 9 月 11 日 第 1 子出産
 平成 26 年 3 月 1 日 第 2 子出産
 平成 28 年 10 月 9 日 第 3 子出産

助産所での出産

私は 3 人の子供たちをこちらで出産しました。

一人目の出産の際に助産所を選んだ理由は地元で実家から一番近いからでした。

ですが、出産してみてその手厚さにびっくりでした。まず、健診ではエコーを見せてくれたり、マッサージをしてくれたり。出産の際は入院後 1 人もしくは 2 人の助産師さんがずっとついていてくれました。病院で出産した母が「私の時は陣痛の間、ずっとほっとかかれてたよ。」と驚いていました。入院中は量がたっぷりのおいしい食事に、背中のおイルママッサージ、毎日アロマの湯船での入浴と至れり尽くせりでした。

退院後も同じ月生まれの子とお母さんの集まりがあり、先輩お母さんに困ったことなどを相談にのってもらったり、公園をお散歩したり、ランチに行ったりと一年間様々な活動をしました。この素敵な体験がしたくて 3 人もこちらで出産してしまいました（笑）

助産所での出産は先生がいなくて大丈夫かなと心配になりましたが、助産師さんと何かあったら頼れる先生がいれば大丈夫なんだなあ実感しています。何より一人目の出産の際、陣痛から出産まで丸 2 日かかりましたが促進剤や機器など何も使わず出産できたことで「なせば成る！」と自信ができました。

S. M 様 平成 28 年 11 月 29 日 出産

はじめての妊娠ではじめてのお産をとうみ助産所でサポートしてもらいました。

私は二人の友人がとうみ助産所で出産していました。そこで、赤ちゃんを見に行ったり、良いという話を聞いたりして、自分の中ではここで産むと決めていました。

でも旦那さんや母は、お医者さんがいない事、何かあれば医療センターへの転院の事を心配して最初はなかなか賛成してもらえなかったです。けれど今では、家族みんなここで出産できた事を良かったと思っているし、助産師の皆さんに感謝しています。

私は妊娠中期の頃からお腹の張りがひどく、不安になる事が多くて、赤ちゃんも逆子になったり戻ったりを繰り返して、本当に心配ばかりでマタニティーライフを楽しむ事ができなかつたです。でも、その度に、赤ちゃんの成長と一緒に喜んでくれたり、私自身に、頑張るね、と声をかけてくれたりすごく親身になってくれて乗り越えることができました。

破水をした時も陣痛を促すため医療行為ができないので、一緒に公園を歩いてくれたり、アロマオイルを使ってくれたり、いざ陣痛が来たときは付きっきりでサポートしてもらいマッサージ、痛い所を押してもらったりと、とても心強かったです。

そして産後は、十分に母乳が出ないのに、母乳にこだわる私に母乳だけじゃない、ミルクを足す事の大切さを、ちゃんと教えてくれて、別に悪いことじゃないんだよと言ってくれ、納得して混合でやって行く事を決められました。でも、あきらめられない私に、たくさんのアドバイスやサポートをして頂き、母乳を増やし、ミルクの量を減らしていき、母乳だけになる事ができました。すごく時間はかかってしまったけれど、達成できたのは助産師さんたちのおかげだと思っています。

そして、ここで出産して一番良かった事は、旦那さん、母に立ち会ってもらえたことです。旦那さんが立ちあえる病院はあると思います。でも、母に立ち会ってもらえる所はなかなか無いと思います。血が苦手な旦那さんは、手を握ったり飲み物飲ませてくれたり、母は助産師さんの方向から頭出てくるのを直視し、まだ終わってないのに誰よりも先に、泣いていました。母がどう思っているのか分かりませんが、勝手に親孝行したなと思っています。

言葉では伝えきれないですが、助産所という場所を不安に思っている方がいるかもしれませんが、はじめての出産の人ほど沢山の不安があるからこそ、親身になってくれる場所として助産所とうみが良いと思います。

T.K 様

平成 23年6月4日 第2子出産

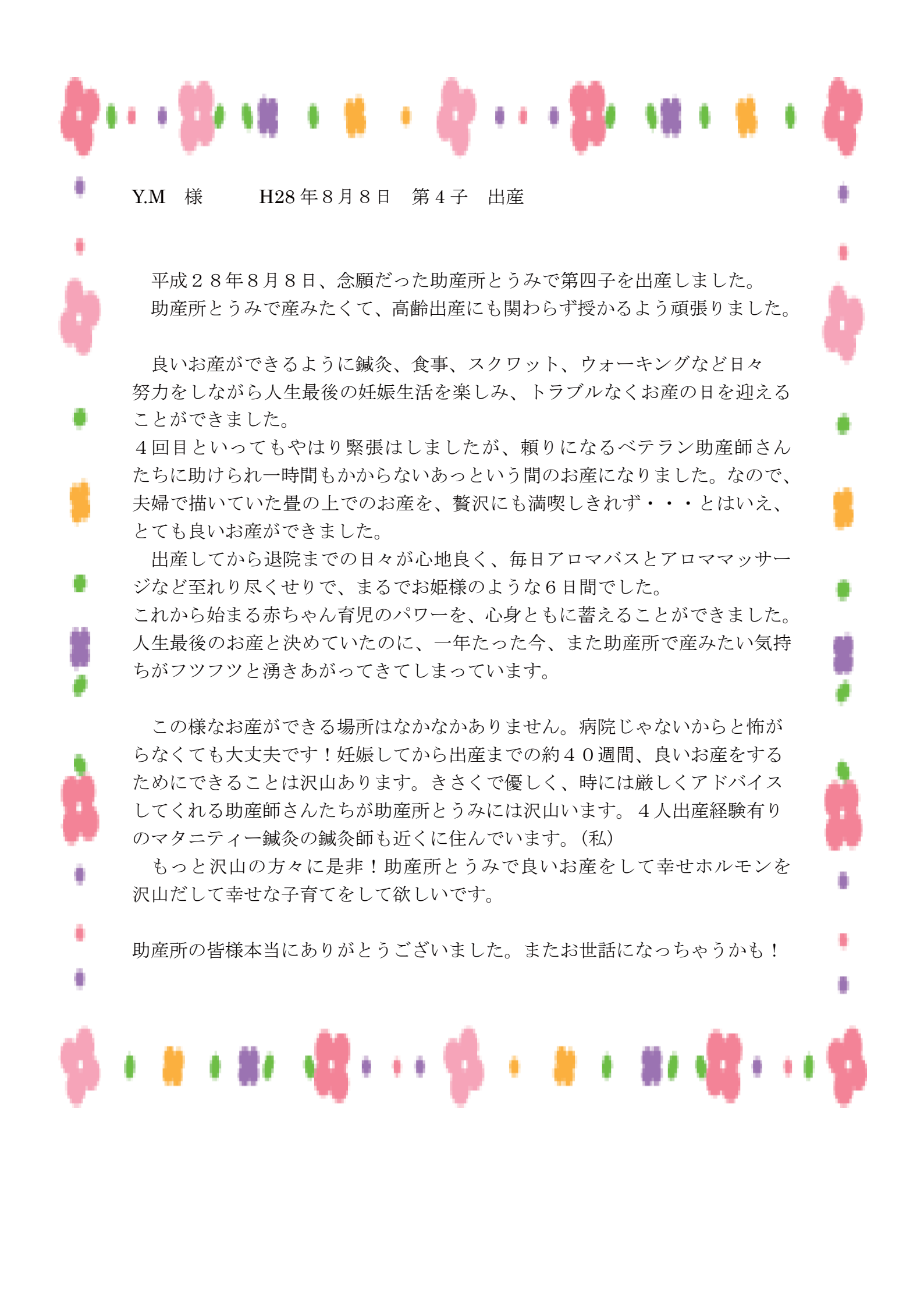
私は年明けに三人目を総合病院で出産しました。初めて助産所とうみにお世話になったのは第二子のお産の際でした。一人目は仕事の都合もあり、その当時、土曜日の検診を行っていた個人病院で迷うことなく出産することを決めました。初めての出産ということもあり、お産がどのように進むのかもよくわからず、入院したのが夜間だったこともあってか、看護師さん（助産師さん）はほとんど不在、夫と二人で分娩台に移るまでの数時間を眠気と闘いながら不安なまま、夜を明かしたことを思い出します。産後もその不安な気持ちは拭われることなく、一日も早く家に帰りたい、もう二度と子どもなんて産みたくないと思うほど病院での出産に対してトラウマを抱えてしまっていました。

そんな私も産後におっぱいでお世話になった助産師さんのおかげもあり、兄弟をつくってあげたいとの思いが勝り、妊娠、助産所にお世話になる日々が始まりました。助産所ではこんなに居心地が良くっていいのかと反対に戸惑うほど、丁寧に関わって頂き、出産当日もずっと助産師さんがそばにいて下さり、誕生の際には夫と長男も立ち合い、たくさんの助産師さんに見守られながら無事に出産することができました。暖かい雰囲気の中、何とも言えない安心感に包まれていたのを今も覚えています。出産直後にもかかわらず二人目の出産をためらっていたはずが、これなら三人目も欲しいな…なんて思わせるほどの“助産所マジック”にかかってしまっていました（笑）。産後の入院生活も一人目の時とは比べものにならないほど快適で、毎日長男を連れて通っていた夫でさえも「退院したくないね…」とつぶやくほどでした。なので、三人目の妊娠が分かったときも迷わず助産所を選びました。助産所でお産するために三人目をつくったと言っても過言ではありません（笑）。でも、残念ながら36週の時に赤ちゃんに障がいの疑いがあることが分かり、総合病院での出産を余儀なくされました。結果、三人三様のお産となりましたが、自分にとって、赤ちゃんにとって、家族にとってベストな結果だったと今は思っています。そう素直に思えるように導いて下さったのが助産所とうみの助産師さんたちでした。総合病院に移ってからも、何度も相談にのって下さり心身ともに変わらずサポートして頂いていました。出産のことも赤ちゃんの障がいのことも前向きに受けとめ、心の準備ができたのも、助産師さんたちのおかげです。

満足いく出産は人それぞれで、なかなか難しいと思いますが、納得いくお産ができるのが助産所とうみではないかと思えます。いつも親身になって相談に乗って下さり、時にはお腹の赤ちゃんの思いも代弁して下さい、妊娠中のみならず、産後も暖かくサポートして頂き、本当に感謝しています。

今回、助産所での出産ではありませんでしたが、産後に産褥ケアで2泊お世話になりました。改めて快適さを実感、移動と同時に安心して母子ともに眠りにつくことができ、不思議でしかたがありませんでした。これも“助産所マジック”でしょうか（笑）。上の子どもたちも助産所で初めて赤ちゃんに直面することができ、家族そろって暖かい時間を過ごさせて頂きました。

産後半年が経ちました。今、笑って毎日を過ごせるのは助産所で数々の出会いのおかげです。本当に本当にありがとうございます。



Y.M 様 H28年8月8日 第4子 出産

平成28年8月8日、念願だった助産所とうみで第四子を出産しました。
助産所とうみで産みたくて、高齢出産にも関わらず授かるよう頑張りました。

良いお産ができるように鍼灸、食事、スクワット、ウォーキングなど日々努力をしながら人生最後の妊娠生活を楽しみ、トラブルなくお産の日を迎えることができました。

4回目といってもやはり緊張はしましたが、頼りになるベテラン助産師さんたちに助けられ一時間もかからないあっという間のお産になりました。なので、夫婦で描いていた畳の上でのお産を、贅沢にも満喫しきれず・・・とはいえ、とても良いお産ができました。

出産してから退院までの日々が心地良く、毎日アロマバスとアロママッサージなど至れり尽くせりで、まるでお姫様のような6日間でした。
これから始まる赤ちゃん育児のパワーを、心身ともに蓄えることができました。人生最後のお産と決めていたのに、一年たった今、また助産所で産みたい気持ちがフツフツと湧きあがってきてしまっています。

この様なお産ができる場所はなかなかありません。病院じゃないからと怖がらなくても大丈夫です！妊娠してから出産までの約40週間、良いお産をするためにできることは沢山あります。きさくで優しく、時には厳しくアドバイスしてくれる助産師さんたちが助産所とうみには沢山います。4人出産経験有りのマタニティー鍼灸の鍼灸師も近くに住んでいます。(私)

もっと沢山の方々に是非！助産所とうみで良いお産をして幸せホルモンを沢山だして幸せな子育てをして欲しいです。

助産所の皆様本当にありがとうございました。またお世話になっちゃうかも！

T. F 様

平成 24 年 7 月 2 日 第 1 子
平成 25 年 9 月 18 日 第 2 子
平成 27 年 5 月 20 日 第 3 子
平成 28 年 7 月 2 日 第 4 子 出産

私が助産所での出産を希望した理由は…。

促進剤を使用しての出産は望んでいなく、なるべく薬は使わず自然で赤ちゃんの力を信じた母と子、家族での共に頑張るお産を望み助産所とうみでの出産を決めました。

1人目…。

妊娠、出産…。これから起こる全てのことが初めてのことで不安と緊張でいっぱいでした。そして陣痛なく突然の破水からの出産。本当に苦しかった…。でも、産前から助産師さんに沢山支えて頂き、はげまして頂き不安を取りのぞいて頂き、時には厳しく、毎日の健診が楽しみでした。妊婦がマッサージ出来るなんてほんとにびっくりでした。お産中も助産師さんがずっとそばにいてくれて、一緒に汗をかいて運動もしてくれて、不安でいっぱいでしたが、心強く最後まで痛みをたえ頑張れました。やっとのことで赤ちゃんにご対面。あふれんばかりの助産師さんの笑顔と「おめでとう」の言葉を忘れることは出来ません。

産後のケアも充実(アロママッサージ、お風呂、おっぱいのケアなど…)しており、正直退院せずずっと助産所にいたいと思っていました。退院後も「いつでも顔出し来てね。」「いつまでもずっと応援しています。」「頑張っているね。」などの声をかけて頂き、話を沢山聞いて頂き心救われ育児を頑張ってこれたと思っています。

2人目…。

1人目の時とはちがい上の子も一緒に応援してくれての出産。子供が顔を出して笑顔をくれるたびにとても心強く家族で共に頑張った出産でした。

3人目…。

三人目妊娠の時からDr不在になり医療センターとの連携をとるとのこと、不安はありましたが、助産師さんのチームワークを信頼していたので産むことを決めました。妊娠経過、お産も順調でしたが出産してまもなく赤ちゃんの呼吸が上手くできず…。すぐに小児科の医師と連携をとっていただき緊急搬送…。何がなんだかかわからず…。まさか家の子が何で！！と驚きと不安と切なさでいっぱいでした。本当なら赤ちゃんはずっと一緒にいられるのに、部屋に一人で過ごしているのはとてもさびしかったです。しかし、助産師さんから赤ちゃんの様子を丁寧に教えていただき、「今は赤ちゃんがくれた休む時間だよ」「赤ちゃんの生命力はすごいね。」の言葉に、心の不安が取り除かれました。

その後、状態も良くなり2日ほど入院して助産所に戻ってくる事ができました。戻ってきてからは、助産師さんも驚くほどよく母乳を飲み、今では元気で赤ちゃん2歳になりました。

4人目…。

お産のとき、4人目にしてはじめて陣痛の痛みに弱音を吐くも、すべて受け入れてくれて包み込んでくれました。

どのお産も忘れる事のできないお産になりました。感謝の気持ちでいっぱいです。本当に4人ともに助産所で産めてとり上げていただきよかったです。本当に、本当にありがとうございました。

* 私の助産所とうみおすすめポイントは *

- ◇ アロママッサージ、アロマのお風呂
- ◇ 出産後からの赤ちゃんはずっと同室
- ◇ 助産師さんがみんなやさしく親身になってくれ、お産中もずっとそばにいてくれ一緒にがんばってくれる。夫よりもいて欲しい(笑)
- ◇ 授乳の方法を色々教えてくれる
- ◇ 退院後もくるみくらぶの活動で育児サポートしてくれる