



# Yokonishi navi

## 2017.7 Vol.13

### 職員紹介

今回は院内清掃を担当している職員2名を紹介します！！

入院中、当院では毎日お部屋の清掃に入ります。

退院アンケートでも毎日の清掃はとても嬉しいとご好評いただいています！！

自己紹介～お掃除のプロに教わる！ご家庭でも出来るお掃除術をご紹介します（^^）



#### 【お仕事】

入院されている患者さまのお部屋のお掃除、病院のお掃除全般

#### 【患者さまにひと言】

患者さまに快適な空間をお届けするよう心掛けています。

何かありましたらお気軽に声を掛けて下さい。

家事をしながら、アロマを楽しむ♪

お掃除やお洗濯など、毎日の家事にもアロマを取り入れて、自然の香りあふれる空間にしてみませんか？

精油には抗菌や消臭効果があるものも多いので、キッチン、お風呂、リビング、寝室など家中きれいにするのにオススメです！  
香りで気分転換もできて、生活がより楽しくなります♪

今回はカンタンに精油と重曹の2つだけでトイレの便器をピカピカにする方法をご紹介します！！

#### 【用意する物】

- ・100%ピュアの精油10滴程度（エッセンシャルオイル、アロマオイル）  
オレンジスイート、レモン、ペパーミント、ティーツリーなど殺菌や消臭力のあるものがオススメ。
- ・重曹 50g

2つを混ぜ合わせたものをサラサラまいて5分くらいしてからブラシで磨いてください。

是非、お試しください^^♪





# Yokonishi navi

## 2017.7 Vol.13

### Birth revue

当院で出産された方の声

S様

正直、お腹の中に居る時は、あまり母としての実感がなく、ポコポコ動いて可愛いくらいでした。でも、予定日を過ぎて日にちを決めて出産という形になった時、母になる実感が沸いてきて、心の準備ができました。

出産という痛みとか大変とか、どうしてもお母さんの方に注目しがちですが、赤ちゃんがこの世に初めて出てくる道を一緒にサポートしてあげるとい気持ちで出産したいと思っていました。

出産と一緒にサポートしてくれた、担当してくれた助産師さんがずっと同じ声のトーンでほめつけてくださったおかげで、最後まで力を出して出産することができました。本当に感謝しています。適切な対応にも感謝しています。里帰り出産でしたが、横西さんで出産できて本当に良かったです。ありがとうございました！

M様

3人目の出産とは言え、高齢出産で7年振り...となる為、妊娠がわかってからも心配事も多く、今までよりドキドキした妊娠期間でした。

予定日ピッタリでの出産は、微弱陣痛で長引いてしまいましたが、先生からの声かけで、最後まで頑張れました。長い陣痛中もずっとマッサージしてくれた主人にも感謝の気持ちでいっぱいです。

10年前に長男を出産した横西産婦人科でまた産みたいと思っていました。無事に出産まで辿り着けて本当に良かったです。先生方、ありがとうございました。妊娠～出産まで母児共に健康でいられた奇跡に感謝して、大切に育てていきたいです。



A様

妊娠期間中は上の子のお世話でお腹に話しかけたりあまり出来なかったけど、健診で元気な姿を見れた時は本当に幸せでした。ゆびしゃぶりやあくびしている姿も初めて見れて、とても感動し、愛おしかったです。無事元気に産まれてきてくれてありがとう♡

雪の日に陣痛があり、雪だし朝早いのもあり病院に行っても陣痛でなかったら嫌だと思えばしばらく家でお洗濯干していたりしました。痛みも規則的にあり、主人に病院に電話をするよう言われ、病院に電話して行くことに。病院着いて内診すると結構開いていました。病院着いて早く産まれたので、あの時電話して病院に行って良かったと思いました。

陣痛中は助産師さんが最後まで寄り添ってくれ、バースプランも叶えてくださり、本当に感謝の気持ちでいっぱいです。

入院中もスタッフの皆さん、すごく優しい方ばかりですごく良い入院生活でした。お食事もすごくおいしくて本当素敵な病院です。退院してから上の子のお世話と赤ちゃんのお世話頑張ります。

T様

分娩を担当して下さったのが、度々外来でお世話になっていた助産師さんだったので、入院した時とても安心しました。陣痛の間隔は短いものの、少し弱く、しっかり陣痛がつくようにとやって頂いた足浴は本当に気持ちよかったです♡♡(ジャスミンの香りも大好きでした)

分娩室でも必死になる私に沢山声をかけてもらえて、パニックにならずに産むことができました。今回のお産では私の中で、赤ちゃんの事を考えながら産みたいと思っていたので、痛みの中でも声をかけてもらったことで冷静になれた部分もありました。旦那さんにも立ち会ってもらえたので今回は本当に心強かったです！！

あとは...産まれてきた子の大きさに本当にびっくりしました。(笑)最後の健診では3100gと言われて居たので...。産まれたてのはずなのに、モニターに映し出されたわが子のムチムチ感は一瞬忘れることができません(笑)

色々思い出してみても本当にいいお産になったなーと思います♡♡



# Yokonishi navi

2017.7 Vol.13

## 7月のイベント

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
26	27	28	29	30	01
03	04 13:00-14:30 母親教室 前期 (おめでとうクラス)	05 13:00-14:30 母親教室 後期 (もうすぐあえるねクラス)	06	07	08
10 10:30-11:30 マタニティラ教室	11	12 13:00-14:30 母親教室 中期 (すくすくクラス)	13 14:30-15:30 ママフィット教室	14 10:30-11:30 ママフィット教室	15
17	18	19 13:00-14:30 母親教室 後期 (もうすぐあえるねクラス)	20	21	22 13:30-14:30 院内見学会
24	25	26 13:00-14:30 母親教室 後期 (もうすぐあえるねクラス)	27	28 13:30-14:30 マタニティラ教室	29 15:00-16:00 女性のための運動教室

上記イベントのチラシは待合ホールにございます  
ご参照ください

## 入院中のお食事

入院中のお母さま達から大好評のお食事です♪



【朝食】  
ウインナーと温野菜  
コーンフレーク  
果物  
焼きたてパン  
きのこのコンソメスープ



【昼食】  
フライ盛り合わせ  
肉じゃが  
冷やし豆腐のザーサイ和え  
果物  
味噌汁  
御飯



【夕食】  
◇松花堂弁当◇  
豚肉のロースト  
焼き魚の梅ソース  
高野豆腐のオランダ煮  
オクラとトマトのもずく和え  
わらび餅  
お吸い物  
生姜ごはん

赤: 今期新メニュー  
青: 季節メニュー