



# Yokonishi Navi

No. 0040

Yokonishi-Ladies-Clinic

テキスト  
忘れずに!



## 母親教室

当院の母親教室は健やかなマタニティライフを過ごし、  
安心してお産が臨めるよう、楽しく学べる教室です。  
前期では妊娠中の注意してほしい事などを説明し、  
中期では妊娠中の栄養と母乳育児、おっぱいについてのお話です。  
悩みや不安を解決し、マタニティライフを楽しんでもらえるような  
場を設けています♪ 後期は院内見学もあります♪



## 入院中のお食事紹介 breakfast

赤: 今期新メニュー

青: 季節メニュー

## lunch

## dinner



焼き魚、白滝とさつま揚げの煮物、納豆、  
オクラの煮浸し、味噌汁、御飯、ヨーグルト

サンドイッチ2種 (ツナ&ハム)、  
タンドリーチキン カラフル野菜添え、エッグサラダ、  
果物、スープ

ちらし寿司、豚肉のしそ挟み揚げ、茶碗蒸し、  
がんもの煮物、いんげん胡麻和え、お吸い物

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
	1	2 13:00-14:30 母親教室 後期	3	4	5 休診
7 13:30-14:30 マタニティ・ママフラ	8 10:00-マタニティ・ヨガ 13:00-母親教室 前期	9 13:00-14:30 母親教室中期	10 14:30-15:30 ママフィット	11 10:30-11:30 ママフィット	12
14 当番医	15	16 13:00-14:30 母親教室 後期	17	18	19
21	22 休診	23 13:00-14:30 母親教室 後期	24	25 10:30-ママフィット 13:30-マタニティ・ママフラ	26
28	29 10:00-12:00 マタニティ・ヨガ	30	31 Happy Halloween		



## *birth review*

K 様

先生はもちろんのこと、助産師さんには本当にお世話になり、感謝しています。

1人目が切迫早産だったため、今回もまた切迫早産になるんだろうと妊娠当初から心配でした。そんなとき、助産師さんが親身に話しを聞いてくれてアドバイスなども頂けたので気持ちが前向きになりました。結局切迫早産になりましたが、一人でもやもやするより相談できる環境という事がとても心強かったです。

また出産後、子どもの呼吸状態があまり良くなく、子ども病院に搬送となりましたが搬送までこどもの様子を教えてくれたり、動揺している私を優しく励ましてくれたりとあたたかい心遣いがとてもうれしかったです。一難去ってまだ一難の妊娠・出産でしたが、その度に助産師さんに助けられました。本当にありがとうございました。



M 様

分娩室に入ってから助産師さんがほほほほ付きっきりでいてくれたことが心強かったです。ありがとうございました。また、授乳方法や搾乳のやり方などを分かりやすく教えていただいて助かりました。バースプランを書いている時間がなく口頭で伝えただけでしたが自分の思っていたバースプランになっていたのが良かったです。短い間でしたがお世話になりました。ありがとうございました。



F 様

第3子の出産で産前～産後に祖母などの手を借りられないため、家族に負担がかからないように助産院での出産を考えていましたが、妊娠確定のクリニックで出産の経過が早いから病院の方が良いと勧められて上の子を出産を決めました。健診は待ち時間も少なく、でもエコーなどはとても丁寧に説明して下さい、とても良かったです。

出産も病院に着く前に産まれたらどうしよう・・・とドキドキしていましたが、無事に分娩室で出産できて本当に良かったです。初めて横向きで出産したのですが、産後がとても楽で体位でこれほどまでに違うのか！と驚きました。

個室は快適だし、ご飯はおいしいし、他のお母さんとの食事の時間も楽しいし、上の子も生れたての赤ちゃんに会えるし・・・などなど良い事が沢山でした。

スタッフの方も優しい方ばかりでこちらで出産して良かったです。ありがとうございました！！