

出産

わたしの場合♡

平第一在住 西田優子さん 愛翔くん
平成23年6月29日 午後4時20分出産
♡2人目なのに♡

産休に入って一カ月、そろそろ張りきれんばかりのお腹の記念写真を撮っておかなければと思いい、写真を撮った翌日・・・ついにその日はやってきた。

出産予定日を9日後に控えた、平成23年6月29日の朝5時・・・トイレに行こうとした瞬間「フチッ」と音がした。破水だ・・・愛梨も長女の時も産休に入って一カ月、お腹の記念写真を撮った翌日、出産予定日16日前の早朝に破水からの出産だったから、流れが全く一緒じゃん!!とか思いながら・・・寝てる旦那を起こして「破水した!」と言いつつ、第一声が「外れた!」だった。そう聞かされたらしい(笑)。動きたびに流れ出る羊水、そして同時に陣痛。愛梨を義親に任せて、旦那と病院へ直行。内診で子宮口5cm開大、破水十陣痛にて、そのまま入院。痛みはあるけど、まだ会話やメールをする余裕はあった。

経産婦のため、分娩室に入り点滴やモニターなどされて、出産の準備が始まる。旦那はどうしても仕事を休まず、出勤する8時頃までには何とか・・・と助産師が気をつかってくれて子宮口を何度も刺激。結構痛い。すぐに陣痛の間隔が短くなり、これはいける!と思ったのも束の間、いつのまにか遠退き、旦那は残念ながら仕事へ。少しずつ陣痛が強くなってきて一時間おきに内診。「まだですか?」「まだやね。」「この会話のやりとりがしばらく続いた。

子宮口7cm開大。お昼を過ぎてても状況が変わらず、ドクターが診察・・・産道をおりてくる赤ちゃんの向きが悪く、子宮口の開きが進まないらしい。赤ちゃんの向きを戻すために、何と!!

分娩台の上で、四つん這いで頭と肩を下げて、お尻を上突き出したポーズで左右に腰振り。定期的に襲ってくる陣痛の痛みを耐えながら、ひたすら腰振り。しんどい。診察・・・また腰振り。愛梨の時は昼過ぎにはもう産まれてたのに・・・なんて思いながら、また診察。赤ちゃんの向きは戻ったけど、子宮口8cm開大で陣痛の間隔も変化なし。旦那から一時間おきに電話がかかってくるけど、「産まれた?」「まだ・・・」がしばらく続く。陣痛の痛みは増すばかりなのに子宮口が開いてくれず、心が折れそうになる。15時が過ぎ、ドクターより朝からずっと微弱陣痛で子宮口も全開しないため、陣痛促進剤を使っている。それでも駄目なら帝王切開になると告げられた。陣痛の痛みが増す中、何枚もの同意書にサインしながら「もう切られてもいいです・・・」とまで言っていました。

陣痛促進剤の点滴が横に準備された。しばらくして、陣痛の間隔が短くなり診察すると、ついに子宮口全開大!まさかの展開にみんな驚いた。慌てて分娩体勢に突入。赤ちゃんも頑張ってくれてるんだ・・・と思い、最後の力をふりしぼった。

平成23年6月29日16時20分 身長51cm、体重4kgの元気な男の子が誕生。産声を聞いた瞬間、涙が止まらなかつた。駆けつけてくれた家族を見た瞬間、また涙が止まらなかつた。

今回の出産は、正直辛かつた。愛梨の時は比較的安産だったし、2人目だから・・・という考えがあつたから余計に・・・でも、無事に産まれてきてくれたことが何より幸せ。そんな愛梨(愛梨)とも1才2カ月になり、あちこち歩き回っています。よく食べ、わんぱく真つ盛り。6才の愛梨お姉ちゃんとも、よくケンカしています。2人とも、みんなの「愛」に満たされながら、元氣いっぱい成長しています。

平山在住 M・Aさん Sくん
平成22年12月2日

(2010年、結婚8年目の春)

念願だった子宝は、今度生まれかわった時に

授けていたことが、心に区切りをつけ、違う人生を描きはじめておりました。そんな時に妊娠。産科で「あーいるね」と言われても、まだ人事の様で、39歳、高齢だったこともあり、心配こともありました。7カ月、まで元気に仕事もしていました。

(2010年11月30日)
予定日より二週間過ぎ、友達からメールや電話。 「まだ?おかしいやろ?入院はさせてもらえんわけ?」と、興奮気味に心配してくれていました。先生の診断は「まだのんびり上の方にいるね。もう少しかかりそうだから、しっかりと運動してね」とだけ。

病院からの帰り道、夫と公園を散歩。何か所も買い物。帰宅後、いつもの2倍ウォーキング。いつもの体操。就寝前に、いつもの3倍(150回)スクワット。
明日もこれくらい頑張ろう!と、勢いよくお布団にもぐりこみ2〜3分。「パチン」破水しました。

夫に伝えると、「とてつもない日が来たね!」と嬉しそうに起き上がる。「朝には生まれるかも!」なんて会話しながら産科へ。
ところが・・・

到着直後に陣痛が始まりました。(10分に1回)お昼に検診をしてくださった先生から「破水した?なんかの間違いじゃない?そんなはずはないけど・・・なにをした?」と怖い顔で言われる。ふと、スクワットをしている自分の姿が浮かんできたので、とっさに「いいえ、特に・・・」と答えていました。(やりすぎたかなあ)

(12月1日)
朝、夜が来ても、まだまだ出てくる気配なし。
夜中に、分娩台からどつしても部屋に戻りたくないワガママを言って、看護師さんを困らせてしまいました。とにかく、行ったり来たりが辛かつたんです。(トイレも)

そばにいてくれた義母と夫がやつれていく。

私も、一昨日の夜から、寝ても食べてもいません。10分おきにすこいのがやってきます。「赤ちゃん、もういい、あきらめたい・・・」と口には出せない弱音が、頭の中をぐるぐる回っていました。

やっと、やっと、陣痛促進剤。とにかく、33時間、陣痛時の尾骨にくる痛みがすごかつた。(太い釘でぐりぐりとえぐるられる様な)

その度に「痛いよ痛いよ!」と叫ぶ私。「情けない声を出さない!向こうまで聞こえてくる!」と先生に叱られました。実は、ヒーヒーも言いたくなかつたけど、またなんか言われるのが嫌で無理やり言っていた気がします。しばらくして、ちやうどお昼頃、赤ちゃんは、つるんつ「あれ?生まれた?」って感じて誕生してくれた。先生が「お母さんはへなちよ!」けど、子どもが元氣だからなんとかなつたんだよ!」と言われました。

ずっと叱られっぱなしで、ドラマやドキュメンタリーのような、なごやかな感じとは無縁でした。先生が「思ったより産道が若かつたからなんとかなつたよ。良かったね。お疲れ様」と優しい声と笑顔で、ひざをポンポンとたたいてくれて・・・

その時、やっと力が抜け、私は叱られないと産めなかつたんだと悟りました。
クリスマスCMが流れたすと、この3日間の出来事を思い出し、ソワソワします。
よく笑ってくれる息子も、もう2歳。
今は、私の人生にも、こんなに幸せなことが待っていてくれたんだと思う毎日です。

牛隈在住 O・Aさん Iくん
平成24年10月4日
《体力のなさにガックリ》
2年前の初めての出産は、張り切って毎日歩いていいたせいか、35週で夜中に大量の出血、早産で10日間の入院。結局予定日の前日までお腹の中で頑張ってくれましたが、蓮井しもの陣痛はこず、バルーンを入れ促進剤も使い、やっと陣痛がきました。そこからはあつという間に

生まれましたが、陣痛の痛みといったら表しよ
うがないほどでした。

それを踏まえて、2回目となる今回は37週ま
では運動を控え、とにかく普通に陣痛がくるよ
う祈っていました。しかし、そのおかげが予定
日を過ぎてまさっぱり。それから毎日ウォー
キングに、家の中ではスクワット、お尻歩きな
ど、とにかく常に動いていました。

そしてようやく夜中に陣痛が！これ？これが
陣痛？15分おきにくる痛み、これが普通の陣
痛か！と感動しつつ病院へ。前回の痛みとは全
く違う痛み。これなら耐えられる！と余裕で分
娩室に入ったものの、甘かった。いきんでも
いきんでも出てこない。やっと頭が見えてき
た！でも出ない・・・。「挟まっているでも無
理く欠陥切れそう！もう止めたい！」そんな気
持ちでした。それを察したのか先生がお腹をぎ
ゅーぎゅー押ししました。えー！？痛い！けど、
これで最後にしたい！踏ん張る私。そして、や
っと次男が出てきてくれました。

その瞬間「もう3人目はないな。」と。感動よ
り先に、本当に疲れ果てていました。1人目の
時とは全く反対で、でもどちらが楽とか比べよ
うがありません。ただ、言えることは、もしま
た出産するとしたら、まず筋力、体力をつけて
から挑みます！

牛隈在住 森田雅代さん 帆風ちゃん
平成25年3月5日 午前2時12分出産
《みんなありがとう》

2012年6月、2人目の妊娠が分かったのは厄年の
誕生日。これで厄を落とせるぞーと感動したの
もつかの間、今回は食べつわりでぐったり。1
人目の時は横になれたが、なかなか休めず毎日
支援センターに行つて気を紛らわす。

2012年12月末、年末の大掃除で張り切りすぎ
たのか、29週目で出血し切迫早産で自宅安静へ。
途中、逆子になったりとハラハラドキドキの
日々。

2013年3月、2月末から深夜0時になると横がし
の生理痛。「これが前駆陣痛か。」と思いつつ

を決めていたら、毎回近所の二ツトリの声と共
に目覚める。

3月3日初めてのおしるし。翌日、まだ大丈
夫と思つて支援センターの行事に息子と2人で
楽しく参加し、ついでに息子の病院をほしこす
る。この日の夜に陣痛が10分おきにくるもの
まだ動けるので息子を寝かしつけ、夫の弁当を
作つていざ産院へ。

1人目の時は破水で産まれるまでに24時間
かかったので、産まれそうになかったら「私帰
りますから。」と看護師さんと笑つておしゃべり。
その2時間後に激しい陣痛が・・・。尾骨や腰
がハンマーで叩かれるような痛み。ベッドの上
でのたうちまわる私。夫は2人目ともなると慣
れたもので、陣痛の波がやってきた時だけ「ハ
イハイ」と言いながら指圧し、ソファに戻つ
ていく。それでも「もう無理です。」と諦めかけ
たときに子宮口全開へ。気がつけば到着後4時
間で2対面。エコーや3D写真が撮れる時代に
顔を隠していた我が子。出逢えた時は涙でいっ
ぱいになりました。

2人目の妊娠・出産を通して、1人目では打
ち明けられなかった不安や悩みもママさんや保
育士さんに聞いてもらったり、息子の相手をし
てもらったりと、たくさんの優しさに触れるこ
とができました。

長男の赤ちゃん返りと長女のお世話で毎日大
変ですが、自分を選んで産まれてきてくれたこ
とに感謝しつつ、子育てを頑張りたいと思いま
す。

鴨生第三住 三角咲子さん 優斗くん
平成24年12月10日午後5時47分出産
《優斗が生まれるまで》

出産前日の12月9日は、嘉麻市のシティーマ
ラで、私の母はマラソンに出場していたので
す。「天丈夫ねっお母さんも頑張るぞ、あんたも
頑張るぞ。」とメールをくれたので少し気分
が楽になっていました。その夜は母が付き添い
で泊まってくれたことになりました。母もマラ
ソンの後で疲れている中、私が痛いと言つと腰

をさすってくれるのですが、痛いところとスレ
ていると「違つ」と強く言います。ときもあり
ました。「破水させて下さい。お腹切つて下さい」と
言つてしまつたけれど、「赤ちゃんも頑張るぞん
やからお母さんも頑張つて」と言われて絶対に
自分の力で生むぞと思えました。家族は、お
屋の仕事の休憩中に、入れ変わりで来てくれて
いましたが、なかなか生まれないのでまた仕事
に戻つていたそうです。分娩室に入つて4時間
破水。陣痛促進剤で経験した事のない痛みにな
つて、看護師さんからお腹を挿され、吸引され
やっと我が子が生まれました。

分娩室では我を忘れて悲鳴をあげ、私が苦し
んでいる中、横では次から次に6人の赤ちゃん
が生まれたようです。生まれてからは、今まで
の痛みがウソのようにピタつと止まりました。
もう子どもは一人でいいと思つていましたが、
カワイイのであと2人ぐらいは生みたいなかと
思いました。

優斗は8月10日で8カ月になりました。スクス
クと成長しています。

碓井地区花代在住 徳丸 真由美さん 天基くん
平成24年8月16日 午後6時40分出産
《私の一番暑い夏の思い出、出産体験記》

天基が産まれたのはお盆休み明けのとっても暑
い日。特に8月に入つてからは、毎日「早く生
まれてくれー」つて願っていました。(笑)

お盆休みは母達と動き回り、よし、お産した
らしばらく行けない所は行けたなあと、今日
日も疲れたからゆっくりに休もうと横になつた
23時くらいに痛みが...

母に陣痛になりそうなのを伝え休んでもら
い、一人で入院準備の確認やお化粧をし、陣痛
が進むようにと家中歩き回つたり...
朝方痛みが強くなり陣痛間隔も狭くなつてき
たので母を起し病院へ...

いざ先生が来てくれた10時頃は疲れがきた
のか痛みが遠くなり、「まだまだ生まれそうやな
いから一度帰宅してもいいですよ」と言われた

けど、絶対駄目な気がすると思いつつそのまま
事に。

結局その後すぐにまた陣痛が進みだし、友達
もお守りを持って来てくれて、わりと余裕でし
たが、旦那さんが仕事を午前中で終えて来てく
れた14時過ぎには声も出せず腰に激痛が...
旦那さんにたくさん腰をさすつてもらつたりし
がみついたり、あんなに旦那さんに余裕なく接
するのは初めてでした。

その後バタバタと陣痛が進み、いざ分娩室に
乗つてみると、停滞してしまいました。
なんかいきなり眠気がやつてきて、ちよつと
向こう側に行つてきます...みたいな感じでした。
(笑)

看護師さんが、「旦那さんとお母さんと呼んで
きて声をかけてあげて下さい」と言われ、二人
から「頑張つて」と背中と頭をさすつてもら
うと、いきなり現実感に目を覚まし、看護師さん
にストローで栄養ドリンクを飲まされ、なんだ
か上手だつたらしく寝ていたが、最後は言われ
るままに必死になつて「天基頑張つて」と思
い、今まで生きてきたなかで一番の力を
入れて頑張りました！

そして、やっと天基がこの世に生まれてきて
くれました。本当に感動が込み上げて、旦那さ
んの笑顔と天基の顔が見れて嬉しくて嬉しくて

... やつと家族三人出逢つことができたこの日を、
私は一生忘れません。

稲葉地区在住 野口睦弥さん 鈴華ちゃん
平成23年5月10日午後2時11分出産
《元気に生まれてきてくれてありがとう》

「おんぎやーおんぎやー...」
元気な産声を聞いた時、「元気に生まれてきてく
れてありがとう」素直にそう感じ、想いが溢れ
ました。無事に胸に抱き、やつと安心して泣き
ました。

私は、三年前に悲しい経験があり、心音が聞
こえても、安定期に入つても、心配であまり眠
ることができませんでした。今回も妊娠初期か

らお腹の張りがあり、切迫流産の心配があったので仕事は退職しました。

とにかくつわりを乗り越えて安定期に入るとは安産に過ぎませんでした。安定期に入ってもお腹の張りはあったので、体調のいい日だけは1〜2km散歩をしました。

食事は和食中心で、食物繊維を多く摂るよう心がけ、日課にしていたのが、お風呂上がりのストレッチです。冷えは足先を温めるといいとマタニティヨガの先生がおっしゃっていたので、指の間をマッサージしたり、股関節を開くストレッチを毎日しました。そのおかげか、むくみもこむら返りもせず、妊娠前からプラス6kgでした。

そして、お産は突然やってきました。予定日より6日早い夜中の2時頃、違和感があり目が覚めました。トイレに行き、確信、破水でした。主人を起し病院に着き、すぐ入院となりました。

10時頃になっても子宮口は3cm程しか開いていないので、子宮口を柔らかくするお薬をもらい、それから急に陣痛が強くなりましたが、前回の経験から「まだまだ」と思い、ひたすら主人に腰をさすってもらいながら我慢していました。

ついにもう無理だと思い、ナースコール。すぐに見てもらって、助産師さんもびっくりの全開で、赤ちゃんの頭も見えていると言われました。「よく我慢したねえ」と褒めてもらいながら、みなさんバタバタで申し訳なかつたです。

ストレッチャーで出産部屋に入り、点滴などをする間、いきまないようにするのが大変でした。看護師さんから、「いきむ時はここにつかまって下さい」と言われ、その手すりを握った瞬間、鈴華は生まれました。

その時間、部屋に入ってから10分も経っていませんでした。別室で待機していた主人たちも、生まれた赤ちゃんを見るテレビモニターをついたり、コーヒーを入れようとしていたりしく、もう生まれたと内線が入ってびっくりだったそうです。

超安産でびっくりしましたが、無事に生まれ

てきてくれることの大変さに、改めて感謝し、感謝しました。

鈴華ももうすぐ三歳です。大きな病気もせず、すくすくと育ち、上手なおしゃべりで家族をいつも笑わせてくれています。

あの日、初めて抱いた時の感動を忘れず、家族みんなで成長していきたいと思えます。

喜穂地区在住 綱田 直子さん すずちゃん
平成25年8月6日出産

予定日は、8月17日でした。3人目の出産ということもあり、夏休みに入ってから人手のある実家に帰省。上が男の子だからかゆつくりする暇もなく、9月の初めには帰りたいからお盆前に生まれてほしいなあと思いが毎日を過ごしていました。朝の散歩と連日の外出のためか、その時は11日も早くやってきました。

8月6日、朝から何となくお腹が痛いような...。時間と共に間隔は短くなっているものの、長男、次男の時のような痛みはなく、とりあえず病院に電話をしてみると、「一旦診察に来て下さい。」とのこと。診察後、先生が「今すぐ産まれることはないけど、3人目やけんねえ、入院しましょう。」らしい。お昼時だった事もあり、「一度帰って入浴と食事をしてきていいですか?」と聞くと「1時間位で帰ってこれるなら、いいよ。」と言われ、そのまま入院する事に決定。荷物や昼食は家族に持って来てもらい、病院のシャワーを借りながら過ごす事2〜3時間。

16時頃、助産師さんによる診察。「夕食食べれそう?」「はい、大丈夫です。」と返事。その時までは、全然余裕? 18時過ぎ夕食を食べ始めると、んっ!!!これは陣痛?? 時間を計ると2〜3分おき。ナースコールを押すと、「下に降りてこれる?」と聞かれ、自力で分娩室へ。行く途中で強い痛み。これはヤバイ。辿り着けんかなんとか行ける事が出来、診察。「全開やね。お産になります。」との声と共に点滴や準備が始まり、先生が来てから2回のいきみで10分も経たず初の子誕生。

誰も立ち会えずじまいの中、処置中、実家の母より電話があり、「どんな感じ?」「産まれたよ。」と報告するハメに。「えっ産まれたと?産まれたらしいよ。」と言う母。長男・次男の時、時間がかかったから、まだ産まれんやろ。と思っただらしい。

そんな娘も、一歳の誕生日を迎え元気に日々成長しています。

稲葉地区在住 H・Mさん
平成24年6月17日出産

5月13日、まだ臨月にも入っていないのに、赤ちゃんがおりてきているのがわかりました。というも、1人目の時同様8か月に入るところから胃が圧迫されてほとんど食べることができなくなっていたのですが、その日はトナツを3つもたべることができたのです。

1人目の時は、生まれる1週間前でした。次の日、病院に行ってみるとやっぱ下がってきているので自宅で安静にするよと言われ、張り止め薬を処方されました。その日から近隣の実家にお世話になり、横になって過ごしました。張り止めを6時間おきに服用しないと張ってくるので、夜中にアラームで起きて薬をのむ毎日。赤ちゃんが小さめなのもあり、できれば臨月までお腹で育てると赤ちゃんに話していました。なんとが臨月に入り、張り止めも処方されなくなったので、すぐに陣痛が始まるだろうと思っていたのですが、ほとんどおなか張ることもなくなりました。なので、実家から自宅に戻り普通に生活すること。

しばらくして深夜におなか張って眠れない毎日が始まりました。これも1人目の時と同じ、前駆陣痛でした。そのうち陣痛が始まるのかなと思いつつ寝て、朝を迎えることが続きました。6月16日の夜、これは待っていても陣痛が始まらないと一念発起し、家中を掃除して動きました。お腹は張ってはくるのですが、陣痛のいたみほどではありません。1人目の時は病院に入って、結局1日以上かかったので今回はまだまだこれくらいじゃ生まれないうつと

にかく動いて、腰を右回転に回しながら「上手に降りてきてね」と、赤ちゃんに語りかけました。朝5時まで動きましたがそれでもやっぱり痛みが強くなることはなく、諦めて寝ようとしたとき、破水しました。一気に破水したわけではなく、ほんの少しだったので、気のせいかなと、とりあえず寝ることに。朝8時に起きるとやっぱり破水していることに気づいて、あわてて長男を実家に預け主人と病院へ。診察を受けてやはり破水しており、経産婦だしそのうち痛みがつくだろうと、病室で待機。ところが8時間たってもまったく状況が変わらず、筋肉弛緩剤を投与することに。さすがにそれからは陣痛が順調に進み、6月17日20時45分、2714グラムと少し小柄な女の子が生まれました。カンガルーケアをしながら、よく頑張ったね、おなかの中で大きくなってきてありがとう。と話しました。長男の生まれた時とそっくりな赤ちゃんに家族みんなが驚きました。長男は初めて見る妹がかわいくて仕方ないらしく、退院してからはずっと横に寝て、胸をトントンしてあげる姿がとってもかわいかったです。

2歳5か月になった娘は相変わらず細身ですが、身長だけはぐんぐん伸びて大きくなりました。そして、最近では1歳10か月離れた兄から叩かれても、叩き返したりとたくましく育っています。春から幼稚園に入るので、娘と2人の時間もあと3か月ほど。一日一日を大事に過ごしたいと思っています。



Thank you so much.