

昔と今、ここが変わってますよ！ ちょこっとアドバイス

このページは、昔と今の子育ての違いで戸惑いやすいことについて「母子健康手帳」を参考に載せています。参考にさせていただき、子育てにお役に立てればと思います。

育児のしおり

- ・ ゆったりとした気持ちで
毎日の育児は、体と心に負担がかかります。
パパ・ママの健康が大切です。
- ・ 健やかに育むために
子育てに体罰や暴言を使わないでください。
- ・ パパの役割が大切
お母さんを一人ぼっちにせず、精神的に
支えたいわることも大切な役割です。

お口と歯の健康

- ・ 赤ちゃん大人の箸やスプーンの
共用は避けましょう。
- ・ 大人の口から箸やスプーンを介して
虫歯菌がうつることがあります。



新生児（生後約4週間までの赤ちゃん）

- ・ 赤ちゃんを激しく揺さぶらないで
（乳幼児揺さぶられ症候群について）
赤ちゃんが泣き止まず、イライラして
しまうことは誰でもありますが、
赤ちゃんを激しく揺さぶらないでください。

※参考：厚労省ホームページ
「赤ちゃんが泣きやまないときに
～泣きへの対処と理解のために～」

- ・ 乳幼児突然死症候群の予防に
赤ちゃんを寝かせる時は、「あお向け」に。
（医学的な理由がある場合を除く）

予防接種

- ・ 予防接種の種類や受け方が変わりました。
乳幼児期に無料で受けられる予防
接種（定期予防接種）は8種類、
同時に複数の注射を受ける事も
あります。



乳幼児期の栄養

- **赤ちゃんの成長には個人差があります。**
他の子や平均と比べたりせず、母子手帳の身体発育曲線のグラフを参考にしましょう。
- **母乳・粉ミルクの選択は親が決めることを尊重しましょう。**
母乳育児を過度に勧めることが、お母さんのストレスになることもあります。
- **離乳食の開始は生後5～6か月頃が適当です。**
離乳開始前に乳児に果汁を与えることについては、栄養学的な意義は認められていません。
9～10か月頃になると手づかみ食べが始まり、自分で食べる練習にもなり食べる意欲が育ちます。
- **満1歳までは、「はちみつ」を与えないで！**
乳児ボツリヌス症を予防するためです。