



たんぽぽ通信

第72回 平成30年4月11日(水)

10月から再開し7回目の【母乳の会】たんぽぽを行いました！

14:00~15:30 北見赤十字病院 本館3階 院内学級において開催しました。
今月は3ヶ月~9ヵ月までのお子様と、そのお母さんの総勢14名の参加がありました。

今回のテーマは「管理栄養士さんの離乳食のおはなし」でした。

お母さんからの質問に一つ一つ丁寧に答えて頂き、悩み事が解決でき、
これから離乳食を開始される方も勉強になったと好評でした！ほんの一部をお伝えします。

Q 離乳食をなかなか食べてくれません。

A だんだん食べられるようになってきます。時間で切り上げていくことも必要です。

動きが変わると食べ方が変わってくるお子さんもいます。ずっとミルクやおっぱいで、

そのとき食べたり食べなかったりその子によって違います。体重増加が順調であればOKです！

Q 赤ちゃんのアレルギーとお母さんのアレルギーは関係ありますか？

A 妊娠後期に食べないほうが良いと言われたものがなければ関係ありません。

ミルクや卵アレルギーは、おかあさんが食べて、母乳を飲んでから症状がでたら、

お母さんに食べるのを控えてもらうこともあります。発疹や下痢の時は小児科に相談して下さい。

アレルギーが出て、食べられるようになることもあります。

★朝ご飯のおすすめは、糖質とタンパク質をとること！★

納豆ご飯、卵かけご飯、焼き魚などがよく、体内時計がリセットされ、肥満防止の効果もあります。

朝ご飯を一緒に食べる習慣は大人も子どもも健康になります。食べる楽しさを教えてあげる。

食事の場を演出していくのも大事です。

ママは食べられていますか？ママがしっかり食べて、休めるように時間を使って下さいね(^_^)

次回は5月9日(水) 14:00~院内学級で「とっさの時の手当。幼児安全法」を行います！

当院で出産された方はもちろん、他院で出産された方も大歓迎！

ママさん同士で育児についてお話をする場となっています。

悩んでいること、困っていることなど、話合いましょう♪ ※申し込み締切 5月7日

参加ご希望の方は、メールにて下記の①~④の必要事項を記入の上、お申し込み下さい！

① お母さんのお名前 ② お子様のお名前(月齢) ③ 住所 ④ 電話番号

bfh@kitami.jrc.or.jp

までお申し込み下さい！！

その他のお問い合わせは…

北見赤十字病院 (代)24-3115
産婦人科・小児科外来 (平日14時以降)

