

たんぽぽ通信

第88回

令和元年11月13日(水)

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2ヶ月~11ヶ月までのお子様と、そのお母さん総勢14名の参加がありました。
今回のテーマは「栄養相談」でした。

小児科医師の育児相談では活発に質問され、安心されていました。

栄養相談は和やかな雰囲気の中、離乳食や食生活について管理栄養士とお話する機会となりました。これから離乳食を始めようという方も参加されており、良い機会となったようです。また、日頃の「食べてくれない」「よく食べる」等の悩みや不安を相談できました。



その一部をご紹介します。

★栄養相談★

Q.8 ヲ月 離乳食は味噌汁の具材を取り分けて野菜を食べさせています。

豚汁の場合は、食べさせても良いでしょうか。

A. バラ肉を食べさせるには早すぎますが、野菜は食べさせて良いでしょう。

Q. 2歳 年末に刺身やそばは食べさせない方が良いでしょうか。

A. 新鮮で油分の少ない白身やマグロなら良いでしょう。

心配なら食べさせない方がよいです。目安として、1歳までは生ものは避けましょう。

★お母さんの反応★

子どもの心配事を聞ける機会となって助かります。

また、お出かけの機会ともなっているので、また、参加したいです。

★育児相談★

Q.11 ヲ月。1歳頃に耳掃除を耳鼻科でしたほうが良いと聞いたことがある。普段はしていない

A. 乾燥状態の耳垢は自然にとれてきます。ネコ耳は耳をふさぐことがあります。ねこ耳は、ゆっくり垢が溜まるので、耳周囲を拭いてあげれば良いでしょう。熱が出たり、耳が強くなる時は受診を。

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♪

参加ご希望の方は bfh@kitami.jrc.or.jp までメールにて下記の①~④の必要事項を記入し、

お申し込み下さい！！次回12月11日(水)「幼児安全法」です。

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、

会場の都合上、先着24名までとなりますのでお早めに申し込み下さい。

