



# 祖父母の「孫育て」

## ここが変わった、子育ての今と昔

～おっぱいから離乳食と、きれいなお口編～

以前の子育てと今の子育て、ちょっと違ってきます。その違いを知って、楽しく「孫育て」しませんか？

### 昔

### 今

#### 授乳

母乳は、3時間おきにしていました

母乳の場合は、赤ちゃんが欲しがったら授乳してよいです

#### 卒乳

母子健康手帳に「1歳までには断乳（ママがリードして授乳をやめること）の完了をすべき」という記載がありました

自然とおっぱいから離れていくまで、授乳して問題ありません。今は、授乳の終わりも「卒乳」という優しい表現です

#### 離乳食のすすめ方



母子健康手帳の3. 4か月の欄に「果汁やスープを飲ませていますか」という質問があり、離乳食の準備として果汁をスプーンで与えていました（味慣らし、スプーン慣らし）

「噛む」「飲み込む」といった発達の面からも、スプーン等の使用は離乳食を開始する5. 6か月頃でよいとされています。果汁の摂り過ぎによる乳汁を飲む量が減ることと、低栄養等との関連が報告されており、果汁を与えることはすすめられていません。



#### むし歯予防

離乳食は大人が噛み砕いた食べ物を子どもに与えたり、箸やスプーンを共有していました

生まれたばかりの赤ちゃんの口の中にむし歯菌はいません。むし歯菌は、大人の口からうつることがわかってきましたので、周りの大人は、むし歯を治療し、箸やスプーンを赤ちゃんとは共有しないようにしましょう。また、毎日の歯みがきをていねいに行い、定期的に歯科健診を受けて口の中をチェックしておきましょう



「孫育て」で不安なことや分からないことがございましたら、お気軽にご相談ください。

国東保健センター (☎0978-73-2450)

