

## 子育ての昔と今 どんな違いがあるの？

	昔	今
母乳	ミルクの方が栄養がある。	母乳育児が推奨されている 完全母乳、母乳ミルク混合、完全ミルク、 どんな形でもOK。
授乳	3時間おきに授乳する。	母乳は赤ちゃんが欲しがる時に欲しがる だけあげてよい。
卒乳・断乳	1歳を目安に母親の判断で やめる。(断乳)	子どもが自然に欲しがらなくなるのに合わ せる。(卒乳)
抱きぐせ	泣いてすぐ抱くと「抱きぐせ」 がつく。	抱っこは情緒の安定や心の成長のため にとっても大切。いっぱい抱っこしてあげる。
うつぶせ寝	寝つきがよくなる。	乳幼児突然死症候群の原因になる可能性も あるので、基本的にはあおむけに寝かせる。
むし歯予防	大人の口で噛んで柔らかく してから赤ちゃんに食事を与 える。	むし菌がうつる可能性が高いので、 口移しはしないこと。箸やスプーンの共有 も避ける。
離乳食	生後3、4か月から果汁など を飲ませ始める。	果汁はすすめられていない。5、6か月頃 からつぶしがゆから始める。
湯上りの白湯	お風呂上りに白湯を飲ま せる。	お風呂上りには母乳かミルクでよい。
日光浴、外気浴	日光浴をしないとくる病 (ビタミンD欠乏症)になる。	紫外線の強い時間を避け、直射日光が 当たらないよう注意して外気浴させる。