

みんなで子育て

被災されたすべての
お母さんと赤ちゃんを
守るために。



1 避難所にも、授乳しやすい環境をつくろう。

母乳には、たくさんの栄養や免疫がふくまれているので、赤ちゃんが病気にかかりにくくなります。ただ、ストレスのために、一時的に母乳が出にくくなっているお母さんもいます。授乳したいお母さんのために、避難所などでも、リラックスして授乳できるようにしてあげてください。たとえば簡単に段ボールで区切ったりして、授乳コーナーをつくる など

2 お母さんが栄養をたくさん取れるようにしよう。

授乳しているお母さんには、赤ちゃんの分まで、栄養が必要です。できるだけたくさんの栄養がとれるように、周りの方も協力して、多めの食料が手に入るようにしてあげてください。

3 赤ちゃんが病気にならないように衛生に注意しよう。

粉ミルクを飲ませているお母さんには、調乳や消毒用の熱湯が手に入るようにしてあげてください。

乳児の栄養/
母乳育児・粉ミルクについての
ご相談はこちらへ。

ユニセフ後援 赤ちゃん **無料** ダイヤル
フリーダイヤル

やっぱり ハハ と コ
0120-888-105

10時～22時(日曜・祝日を除く)

「母乳の会」携帯電話(通話料が発生します)

080-3479-2280

080-3418-2827

13時～18時(年中無休)

わからないこと、
不安なことはどうぞご相談ください。
(2011年5月31日までの予定)