

【本件リリース先】

文部科学記者会、科学記者会、  
広島大学関係報道機関



広島大学

**NEWS RELEASE**

広島大学広報室  
〒739-8511 東広島市鏡山 1-3-2  
TEL : 082-424-4383 FAX : 082-424-6040  
E-mail: koho@office.hiroshima-u.ac.jp





HUG Your Baby 赤ちゃんのことを知りましょう

楽しく順調な母乳育児を続ける道のり

道に迷わないためにGPS "Great Parenting Skills" ナビとしてこのポスターを使いましょう

妊娠中

- 友人/家族と専門家のサポート体制をつくりましょう
- 母乳学級などの教室に参加し、パースプランを立てましょう
- 母乳育児の障壁を確認しておきましょう
- 職場に母乳育児の計画を相談しましょう
- HUG DVDをパートナーや家族と見ておきましょう



2週間

- 泣きが増えることがあります
- 落ち着かせると泣き止みます



4か月

- 成長の速い時期です
- 成長の速い時期は夜間泣きやすくなります
- 成長の速い時期は夜間泣きやすくなります

6か月

- おっぱいを噛まれないように、注意してくわえさせましょう
- 固形物を与え始めましょう
- 母乳育児を続けましょう



1歳

- 歩き始めに行動が変わるかもしれませんが、「おねんねグッズ」を母乳育児のルーティーンに加えましょう
- 夜に落ち着けるためのテクニックを実践しましょう

出産

- 出産後、おっぱいとの肌で触れ合ってください
- 出産後、おっぱいから母乳が出たら、赤ちゃんが空いたサインに早めにおっぱいを吸わせましょう
- 母乳のみを28日間吸わせましょう
- 哺乳瓶やおしゃぶりは避けましょう
- 夜の授乳も続けましょう



1か月

- 活動的で浅い眠りと静かで深い眠りに気づきましょう
- 母乳のタンパク質が変化するので、ウンチが減ります
- おっぱいが「溜まる」感覚や「空になる」感覚はないかもしれません



9か月

- 人見知りや物見知りが増える可能性があります
- 「おねんねグッズ」を母乳育児のルーティーンに加えましょう
- 夜に落ち着けるためのテクニックを実践しましょう

仕事復帰

- 働きながら母乳育児を続けるお母さんたちと話しましょう
- 母乳育児の権利を知りましょう
- 職場での母乳育児の権利を確保しましょう

※分離不安とは、泣い子どもが、親が自分を置いていってしまうのではないかと不安を感じる状態のことです

<http://www.hugyourbabyforjapan.org/>  
©2014 HUG Your Baby Japan  
無許可での複製・転用を禁じます

