

# おっぱい通信

第45号  
2015年3月  
大阪南医療センター  
母乳育児支援委員会

## 母乳育児と離乳食



どろどろの離乳食を始めて1カ月ほどたちますが、思うように食べてくれないのが心配です。

生後7か月の赤ちゃんを育てるママ Aさん

食べてくれなくて心配ですね。赤ちゃんも初めての味や食感との出会いに驚いているのかもしれないですね。離乳食を始めた頃というのは、栄養を摂るというよりは、食事に慣れるための練習の時期であると言えます。もしかしたら、おっぱいと同じ硬さの方が食べてくれるかもしれませんね。



## ✿ 離乳食に役立つ母乳育児 ✿

赤ちゃんが乳輪部にかぶりつくようにおっぱいを飲むことで、噛むための基礎的な力がつき、食べ物を噛んで飲み込むための練習ができています。

そのため、ママの乳首の硬さ程度に柔らかくした食べ物であれば、赤ちゃんは食べることができます。

**離乳食が始まって赤ちゃんには好きなだけおっぱいを飲ませてあげてくださいね。**

おっぱいのトラブルが起こった時や困った時には、当センターの産婦人科外来へご連絡・ご相談下さい。

Tell : 0721-53-5761

