



1. 生後30分以内に乳首を含ませましょう。
2. 産院では、終日母子同室にしてもらいましょう。
3. 湯冷まし、糖水、ミルクなど母乳以外のものを飲ませないようにしましょう。
4. 赤ちゃんが欲しがるときに欲しがるだけの授乳をしましょう。母乳量を測る必要はありません。
5. 人工乳首やおしゃぶりを与えないようにしましょう。
6. 生後6か月までは母乳以外のものは一切あたえないようにしましょう。
7. 離乳食は6か月になってから開始しましょう。
それ以前に果汁などで練習する必要はありません。
8. 無理な断乳は必要ありません。自然に卒乳するのを待ちましょう。

WHO & Unicef 母乳育児10カ条より改変



母乳サークルに参加されませんか。希望者は御連絡ください

※ミルク育児の方も大歓迎です