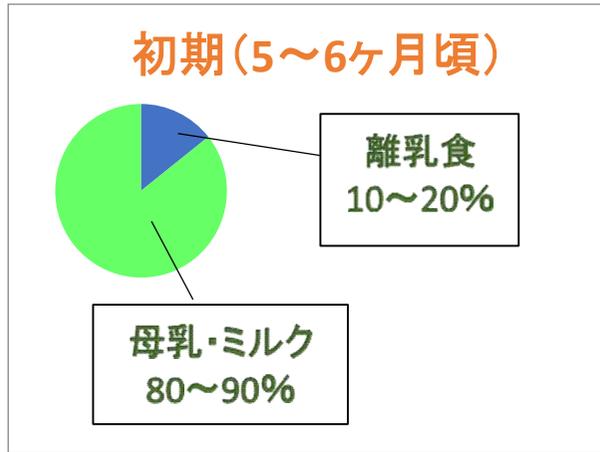
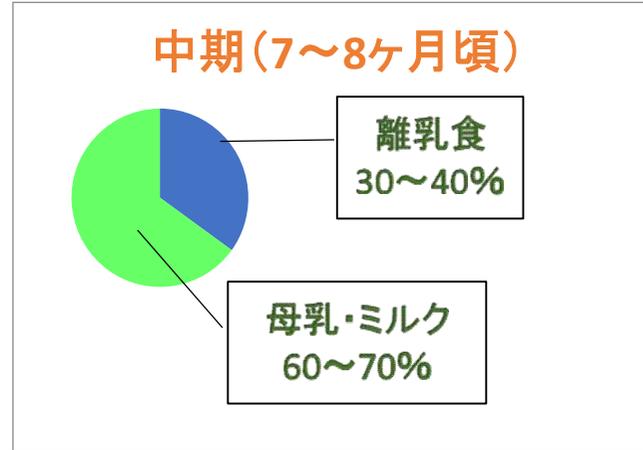


【母乳・ミルクと離乳食の関係】

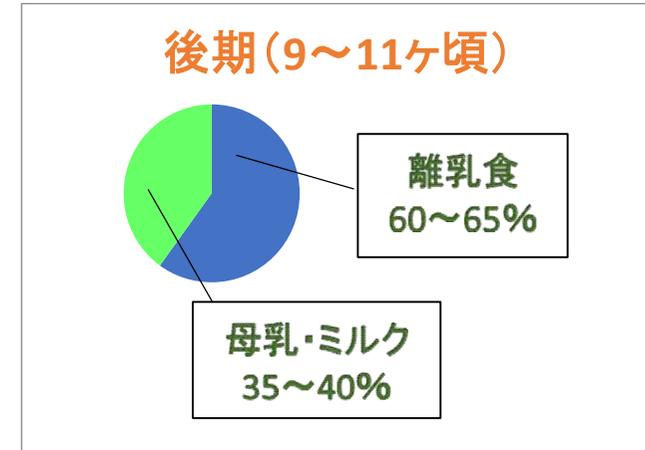
* あくまでも目安です



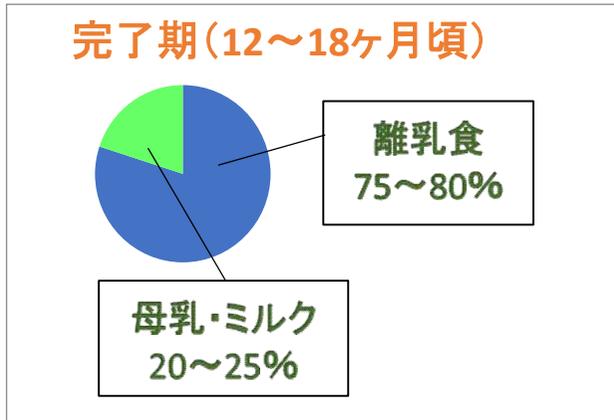
離乳食に慣れる時期。主な栄養は母乳・ミルクで。離乳食後にほしが
るだけ与えてOK。



食事量が増えていきますが、栄養の
半分以上は母乳・ミルクで。授乳の
回数は1日5回くらいが目安。



離乳食からの栄養が、母乳・ミルク
より増えていきます。



栄養の大部分を離乳食から。

はじめてのママ・パパへのメッセージ

離乳食は「飲む食事」から「噛んで食べる食事」への練習
期間です。赤ちゃんは、成長・発達の個人差が大きいので、
目安通りに進まない時もあります。

そんな時は、生活リズムや授乳の間隔、食事の内容など
見直し、赤ちゃんの気持ちに合わせた方法を試しながら、
無理なく進めていけるとよいですね。

焦らず、ゆっくり、ママやパパは笑顔で見守り、楽しく
幸せな離乳食にしてください。