

母乳で育てる良い点

母乳は誰でも必ず出て、飲ませることができます。だから、赤ちゃんにおっぱいをどんどん吸わせましょう。

1. 母乳で育てる良い点

①母と子の絆を深め、子供の体と心を育て母性が育つ

- ・母乳は赤ちゃんに一番合った食べ物
- ・母乳育ちは病気にかかりにくい・アレルギー体質を作らない
- ・情緒の安定した母子関係 母子相互作用を強める
- ・吸うことにより、あごが発達し脳が刺激される

②母子相互作用<五感を育てる>

- ・抱き上げる（前庭感覚）・語りかけ（聴覚）
- ・肌と肌の触れあい（触覚・温覚）・目と目の見つめ合い（視覚）
- ・おっぱいのにおい（嗅覚）・おっぱいを味わう（味覚）



2. 子の側から見た利点

- ・母乳は理想的な自然食品、赤ちゃんの腸壁の細胞の発達に不可欠（味をととのえるグルタミン酸が多く出ているのでおいしいと感じています）
- ・消化吸収に優れアレルギーを起こしにくい
- ・母乳中のオリゴ糖がビフィズス菌増殖を助ける
- ・種々の免疫因子を含み、病気にかかりにくい（ラクトフェリンという抗菌物質が含まれている）
- ・お母さんとの肌の触れあいで、情緒的にも安定感がある
- ・下あごの発達・頭蓋の発達を促し脳に良い刺激を与える
- ・安心感と信頼感が育つ

3. 母の側から見た利点

- ・子宮の回復を促し、全身の循環を良くし健康になれる
- ・授乳をすることで母性愛が深まり母となった喜びと自信をもたらす
- ・泣いたらいつでもどこでも飲ませられる
- ・産後のシェイプアップに役立つ（1日 700kcal）
- ・経済的である

何より二人の大事な
スキンシップタイム



母乳にはいいことがいっぱい