



## 昔の常識

大人が噛み砕いた食べ物を離乳食として与えた。お箸やスプーンも大人が使ったもので与えていた。



### 虫歯の予防

生まれたばかりの赤ちゃんの口には虫歯菌がない。虫歯菌は大人から感染することが分かってきたので、お箸やスプーンは共有しない。また、毎日の歯磨きをていねいに行い、最後は大人が仕上げ磨きをする。

湯上りに白湯を飲ませていた。



### 湯上りの白湯

離乳食が始まる前の水分は、母乳・ミルクを与える。



早めにはずした方がよい。



### おむつはずれ

脳と体の発達にあわせて自然におむつはずれる時期がくる。子どもの様子を見ながら、焦らずにゆっくりと進める。

チャイルドシートがなかった、または珍しいもので、設置は自由だった。



### チャイルドシート

2000年の道路交通法の改正で、6歳未満の使用が義務になった。(運転手に違反点数1点の罰則あり。ただし例外あり。)



日光浴をしないと、くる病(ビタミンD欠乏症)になる。



### 日光浴・外気浴

オゾン層の破壊による紫外線が増加したため、「日光浴」より赤ちゃんを外気や温度差に慣らす「外気浴」がすすめられている。「外気浴」の際には、紫外線の強い10～14時の時間帯を避け、直接日光にあたらないように注意する。

## 子育てについての相談のお問合せ先

### 真岡市子育て世代包括支援センター (こども家庭課 母子保健係内)

〒321-4305 真岡市荒町5191番地  
TEL: 0285-83-8121

### 真岡市第一子育て支援センター

〒321-4305 真岡市田町14番地4  
TEL: 0285-84-1545



全国いちごサミット  
in もおか 2020



## 今の常識