



ご出産・育児の悩み相談室

おしゃぶり

時々公園やデパートなどで、ずっとおしゃぶりをくわえながら歩いている子を目にします。お子さまにとって外出は、パパママに伝えたいことがいっぱいのはず。便利なおしゃぶりですが、使用する前に知っていただきたいポイントをお伝えします。

指しゃぶりとの違い

乳児期の指しゃぶりは成長過程であったり、気持ちを落ち着かせる方法であったり、大切なもの。乳児期の指しゃぶりは、心配しなくて大丈夫です。

歯並びへの影響は？

一番心配されることですが、実際に歯列に影響があるのは2歳くらいまでで、長時間使用している場合。最近のおしゃぶりは、歯列に影響の少ないよう素材などを工夫して作られているものも多いようです。

声を出す機会が減る

おしゃぶりで口が塞がれることにより、お子さまの大切なサインを見逃す可能性があります。まだ言葉にならない気持ちを声に出す、泣いて伝える。それにパパママが応える。このコミュニケーションの大切さを忘れないでほしいです。

メリットとデメリット

おしゃぶりでお子さまが安心したり、ママに余裕ができることは、とても大きなメリットです。ただ、おしゃぶりをしていることが「当たり前」にならないよう、上手な活用をしてみてください。

出産・育児のお悩み、助産師にご相談ください

【そごう広島店 プレマステーションのご案内】

〈開設時間〉午前11時～午後5時

〈ご予約・お問い合わせ〉

本館6階=こども服フロア プレマステーション/電話 082(512)7608<直通>

各店のプレマステーションのご案内

西武池袋本店 | そごう横浜店 | そごう千葉店
そごう広島店 | そごう大宮店

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、臨時休業や時間を変更して営業する場合がございます。

また、各種催しやサービスの中止や延期、商品の入荷遅延や販売中止、価格変更が発生する場合がございます。あらかじめご了承ください。

各店営業時間はこちらから

[新型コロナウイルス感染拡大防止への取り組みとお客さまへのお願い](#)

ママ・パパをサポートする 離乳食レシピ



ほうれん草としらすの和え物
食事から鉄分を摂りましょう

9～11カ月(離乳後期)

【材料】
(1人分)
・ほうれん草:20g
・しらす干し:小さじ1
・醤油:少々

【作り方】

- ①ほうれん草はやわらかく茹でて水気をしぼり、細かく刻む。
- ②しらす干しは熱湯を回しかけ、細かく刻む。
- ③刻んだほうれん草としらす干し、醤油を和える。

〔離乳後期のワンポイントアドバイス〕

母乳育児の場合、赤ちゃんは6カ月ごろから鉄分が不足しやすくなると言われています。離乳後期になると食べられる食材が増えてメニューの幅が広がりますので、鉄分が多いレバーを始め、肉や赤身の魚、ほうれん草、青のり、きな粉などを赤ちゃんのお気に入りメニューに加えて、上手に取り入れていきましょう。

そごう大宮店 管理栄養士 末広彩織

