

参考



知っていますか？「離乳食の進め方の目安」

離乳の開始 離乳の完了
 生後5、6か月頃 ▶ 7、8か月頃 ▶ 9か月から11か月頃 ▶ 12か月から18か月頃

食べ方の目安	離乳の開始 (生後5、6か月頃)	7、8か月頃	9か月から11か月頃	離乳の完了 (12か月から18か月頃)
	子供の様子を見ながら、1日1回1さじずつ始める。 母乳やミルクは飲みたいだけ与える。	1日2回食で、食事のリズムをつけよう。 いろいろな味や舌ざわりを楽しめるように食品の種類を増やしていく	食事のリズムを大切に、1日3回食に進めていく。 家族一緒に楽しい食卓体験を。	1日3回の食事のリズムを大切に、生活リズムを整える。 自分で食べる楽しみを手づかみ食べから始める。
食事の目安	なめらかにすりつぶした状態	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	歯ぐきで噛める固さ
一回当たりの目安量	Ⅰ 穀類 つぶしがゆから始める。すりつぶした野菜なども試してみる。慣れてきたら、つぶした豆腐・白身魚などを試してみる。	Ⅱ 野菜・果物 20~30g	Ⅲ 魚 又は肉 又は豆腐 又は卵 又は乳製品 10~15g 10~15g 30~40g 卵黄1~全卵1/3個 50~70g	Ⅳ 全がゆ 50~80g Ⅴ 歯ぐきでつぶせる固さ 全がゆ90~軟飯80g Ⅵ 歯ぐきで噛める固さ 軟飯90~ご飯80g 30~40g 15g 15g 45g 全卵1/2個 80g 15~20g 15~20g 50~55g 全卵1/2~2/3個 100g
成長の目安	成長曲線のグラフに、体重や身長を記入して、成長曲線のカーブに沿っているかどうかを確認する。			

上記の量は、あくまでも目安であり、子どもの食欲や成長・発達の状況に応じて、食事の量を調整する。

出典：「授乳・離乳の支援ガイド」厚生労働省策定

「くらしの安全情報サイト」をぜひ、ご活用ください！



くらしの安全情報サイトでは、商品・サービスを中心とした危害・危険・安全性についての情報を提供しています。区市町村の消費生活センターなどの「くらしの安全相談窓口一覧」も掲載しています。

相談先

◎ 東京都消費生活総合センター

相談専用電話 03-3235-1155
 【受付時間】9:00~16:00

◎ 最寄りの区市町村の消費生活センター

このリーフレットの
 お問い合わせ先 東京都生活文化スポーツ局 消費生活部生活安全課
 電話：03-5388-3055(直通)

平成20年度 登録第103号 R70
主権は文化庁にあり、複製・転載を禁じます。

ベビー用のおやつをあげる時は窒息に注意しましょう！



「〇ヶ月頃から」などと乳児(1歳未満の子供)を対象とうたったソフトせんべい、ビスケット、ポーロ、ウエハース等の乾燥した菓子類をいいます。スーパーマーケット、薬局・ドラッグストアなどで多種多様な商品が販売されています。

多くの方がベビー用のおやつを赤ちゃんにあげています。

5人に1人以上の赤ちゃんが、のどに詰まらせたり、詰まらせそうになった経験がありました。



東京都



買う時に、「〇ヶ月頃から」という月齢表示を参考にする人が多くいます。

赤ちゃんの成長には個人差があります。商品に表示されている月齢を参考にするのではなく、赤ちゃんの様子を見て食べさせましょう。また、食べさせる前に赤ちゃんにとって、本当に必要か考えましょう。



商品には、食べさせる時の注意表示がありますが、読まない人がいます。

窒息事故防止のために、商品に表示されている注意にしたがって食べさせましょう。

飲み込めない



横になっているとき



おんぶしているとき



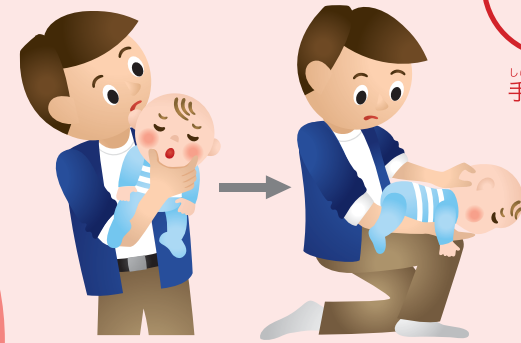
窒息する恐れがあるため、このような時は与えないようにしましょう。



万が一、窒息した場合の対処法を知っていますか？

1歳未満の赤ちゃんが窒息した場合は、次のように対処しましょう。

気道異物の除去 注)生体で練習しないこと。



あごを支え、頭と頸を保護する。

出典:「知っておきたい こどもの看病 手当のしかた」日本赤十字社編集・発行

太ももに腕をのせ、頭を下げ、背中の真中を手掌基部でたたく。頭をたたかないように指を曲げる。

ベビー用のおやつをあげる時は窒息に注意しましょう！



窒息事故などが起きても、どこにも相談しない人がほとんどです。

事故情報を商品の安全対策に活かすために、最寄りの消費生活センター(裏面参照)やメーカーの相談窓口ご連絡しましょう。

