

ケイアイ薬品 ママはぐ新聞 (育児のお悩み解決しましょう)

次は2018年
7月4日(水)

ママはぐ会の内容

対象の方：子育て世代の方・妊娠前中後の方

健康相談所LINE@



知っておいて損はない

食や健康のお話

子育て世代同士の

お友達作り

助産師さんによる(無料:要予約:3名迄)

母乳相談&ケア

助産師&保育士による

育児相談会

みんなで和気あいあい(世界一心が温まるお味噌汁です)

手作り味噌の味噌汁&おにぎり



ママはぐ会って?



「ケイアイ薬品ママはぐ会」というのは、これから命をはぐくみ育ていく世代の方たちに母乳育児の推進や食や命の大切さをお伝えしていく会です。

ケイアイ薬品、クロレラ工業、助産師さんで発足して6年目となります(参加費無料)実は、このような会は10年ほど前から九州の小さな薬屋さんで開かれていて今でもママたちの拠り所となっています。

私たちが、この大津市にママはぐ会を作ること大津の子育て世代の皆さまの拠り所になればと願っています。

特に、若いママ世代の皆さまに「食」や「命」のお話、「知っておけばご家族の健康にお役立ていただける情報」をお伝えすることで妊娠・出産・育児、ご家族の健康にお役立ていただきたいという思いがあります。

家族の健康の要は毎日の食事です。家族の健康のためにバランスの良い愛情たっぷりの食事を用意してあげることが、子どもたちの健全な成長につながります。

ママはぐ会が地域の子育て世代の皆さまの拠り所となれるように、また、子育て世代だけでなく広く多くの方に食や命の大切さをお伝えできるように地道に活動を広めていきたいと思っています。皆さまのお子さまが健やかに成長し、ご家族全員が心身共に健康で、幸せに暮らしていける手助けができれば嬉しいです。

お友達にも紹介してね

☆活動内容

2カ月に1回ママはぐ会開催
ママはぐ新聞2カ月に1回発行
ケイアイ薬品フェイスブックにて発信



ママはぐ会スタッフ紹介

ケイアイ薬品 磯崎 香

丸屋町商店街でケイアイ薬品健康相談所をやっています(夫婦で薬屋さん)。保育士の資格と経験有で、子どもが大好きです。

ケイアイ薬品で店長をしている夫と鍼灸師の息子(大学院生)と3人家族です。食や健康病氣、育児相談などをさせていただきます。

こころ助産院 助産師 松田 志帆さん

茨木市でこころ助産院をされています。助産師のお仕事のほかにベビーマッサージ、BS(おっぱい)ケア、頭蓋仙骨療法などの活動をされている3人のおかあちゃんでもあります。子育てをがんばっているお母さん達が「少しでも楽しく育児できるように援助させていただきたい」と活動されている助産師さんです。ママはぐ会でご希望者におっぱいマッサージや個別に母乳相談もしていただいています(事前にお申し込み下さいね)。

クロレラ工業 新谷祥子さん

“食”に対してこだわりを持っていて料理を作るのが大好きです!おいしいものを食べると幸せになりますよね!健康に過ごすためにはまずは“食”から見直すことが大切だと考えています。皆さんと一緒にママはぐ会を盛り上げていきますね。みなさんにお会いできるのを楽しみにしていま〜す♪

ケイアイ薬品ママはぐ会 いそざき かり

大津市中央1丁目5-4丸屋町商店街
直通電話 077-522-8039

携帯メール

sun-hak.1219.kai@docomo.ne.jp

健康相談所
LINE@



お友達追加で
お申込み簡単♪

赤ちゃんや子どもの水分補給

これから夏を迎えます。今回は油断しがちな水分補給について簡単にお話します。

☆水分補給のタイミングは？

- ・外出や外遊びの前後
- ・入浴の前後
- ・就寝前、起床後
- ・車に乗る前後
- ・冷房のきいた室内で過ごしている時

この「前後」がポイントです。それぞれの前後に適量与えてくださいね。

また、たくさんの水分を一度に「がぶ飲み」させることは、胃腸機能や水分代謝を低下させる原因となります。一度にたくさん飲ませすぎないようにしましょう。

冷房のきいた室内や車の中は快適で、汗をかいていないように見えますが、体の水分は蒸発しています。特にチャイルドシートに包まれている赤ちゃんや幼児への水分補給はこまめにしてあげて下さいね。

特に発熱時、下痢・嘔吐などには、小まめな水分補給が必要です。脱水症状を起こさないようにポカリスウェットなどを半分に薄めて（そのままだと糖分が多い）か〇S1を様子を見ながら少しずつこまめに与えましょう。

☆水分補給に適している飲み物は？

- ・母乳
- ・白湯
- ・麦茶

ちなみに、離乳食の始まっていない赤ちゃんは母乳のみの摂取で良いと言われています。ミルク育児の方は、ミルクを飲み終わった後に少し白湯を与えるのも良いと思います。

果汁ですが、月齢の低いうちから与えるメリットはありません。甘い味に慣れ離乳食が進みにくくなる可能性、そして果物によってはアレルギーを引き起こす可能性も高まります。

☆水分補給に適していない飲み物は？

- ・牛乳
- ・ジュース（果汁）
- ・イオン飲料
- ・カフェイン入りの飲み物（緑茶お茶も含む）

牛乳は、赤ちゃんやお子さまの水分補給や栄養補給としてはおすすめしていません。

スマホ育児に警告

最近よく見かける風景が、ママがスマホに夢中になっている姿です。隣で赤ちゃんが泣いていても、子どもが話しかけてもお構いなしにスマホに見入っているママもいます。

逆に、スマホを赤ちゃんや小さな子どもに持たせて「子守り」をさせている姿もよく見かけます。また「鬼からアプリ」なんて言うのもあって言うことを聞かない子どもに鬼から電話がかかってきて、子どもを怖がらせて言うことをきかせる…というものまであります。

一般社団法人日本小児科医会は子育てアプリが赤ちゃんの育ちをゆがめる可能性や親子共にメディア機器漬けになって相互の会話や体験を共有する時間が奪われる恐れなどを指摘しています。今の時代、スマホは無くしてはならないツールですが上手く使ってほしいですね。

次回ママはぐ会のご案内

月日 2018年7月4日（水）

時間 10時過ぎから受付開始

10時15分～13時ごろ（軽食付）

場所 ルネス・ピース大津におの浜1階集会室

お話の内容

☆こころ助産院 松田志帆<妊娠育児相談会>
助産師さんに妊娠・出産・母乳・卒乳・離乳食などのお悩みを自由に相談して下さい。

☆クロレラ工業 新谷祥子<お話>

【食】クロレラ鮎のお話。子どもの成長に栄養が欠かせないことが分かりますよ。

☆ケイアイ薬品 磯崎香<お話・健康育児相談>

【育児】発達障害って？のお話。

駐車場 西武の駐車場にお停め下さい。

※駐車券の処理はケイアイ薬品で行いますのでお申し付けください。

お申込み・お問合せ （先着8組さままで）
磯崎の携帯メール、LINE@、お電話で。

母乳相談&ケア（無料）ご希望の方 先着3名 は 事前にお申し込み下さいね。 すぐに予約が埋まります。ご希望の方はお早めにね♪

相談したい事がある場合は事前にお聞かせ下さい。

また、無添加の【おにぎり】【バイオリンク】

【手作り味噌のお味噌汁】【お水】を用意します。

みんなで一緒に食べましょう。お子さまと一緒にご参加くださいね。最近は、すぐに定員になりますので、お申込みはお早めにね☆