

おっぱいだより

石川県立中央病院総合母子医療センター

赤ちゃんにやさしい病院 (Baby Friendly Hospital)

第38号 (令和7年9月) 発行: 母乳育児推進委員会

kangaru@ipch.jp

<http://www.pref.ishikawa.jp/ipch/annai-35.html>



世界母乳育児週間「家族の絵」絵画コンクール開催

8月1日から7日は世界母乳育児週間です。当院では毎年世界母乳育児週間に合わせて、家族の絆や母乳育児をテーマにした絵の募集を行っております。今年度で10回目となり、多数の作品が集まりました。

今年度は病院スタッフへの母乳推進の取組周知を兼ね、母乳育児推進委員会の活動報告と合わせて、3階職員通路にて掲示し、たくさんのスタッフの方に見ていただくことができました。

応募して下さったみなさま、掲示に足を止めて下さったスタッフのみなさま、ありがとうございました。

最優秀賞



優秀賞



最優秀賞・優秀賞・審査員特別賞には賞品を、
応募いただいたみなさんに参加賞をお送りします。



母乳育児はどんなことがいいの？

母乳育児には赤ちゃんとお母さんの両方にとって、多くの有用性があります。

<栄養面> 母乳には、赤ちゃんの成長に必要な炭水化物、脂肪、タンパク質、ビタミン、ミネラルなどがバランスよく含まれており、消化吸收しやすい形で存在します。また赤ちゃんを病気から守る様々な免疫物質 (IgA 抗体、免疫細胞、ラクトフェリン) や、脳や神経系の発達に重要なタウリンや DHA、アラキドン酸などが含まれています。

<時期による変化> 出産直後に出る「初乳」は、免疫物質が豊富で黄色っぽい色をしています。その後、「移行乳」「成乳」へと変化し、赤ちゃんの成長段階に合わせて栄養成分の割合が変わっていきます。

<授乳中の変化> 1回の授乳の中でも成分は変化します。飲み始めは水分が多く、授乳の終わりごろには脂肪分が増加して、赤ちゃんが満腹感を得られるようになります。

<お母さんへの影響> 赤ちゃんの吸啜で子宮収縮を促すホルモンの分泌を促し、産後の回復を早める効果があります。お母さんの心身の健康にも良い影響をもたらす、親子間の絆を深める貴重な時間となります。

