



YODOGAWA ゆめキッズ



朝晩は少し肌寒さを感じるようになってきました。厚着をさせたいところですが、ベストやカーディガンなど体温調節しやすい衣服にして、寒さに負けない元気な体づくりを心がけましょう！手洗い・うがいも忘れずに♪



子育て ワンポイント アドバイス



☆おっぱいの卒業の時期っていつ頃？

母乳をやめる時期は個人差があります。まわりと比較せず赤ちゃんのペースに合わせるのが理想。赤ちゃんが満足できると自然にやめることもあります。ゆっくりと時期を待ちましょう。



お母さんが妊娠した場合は母乳はやめるほうがよいでしょう。

☆離乳食の後の母乳やミルクは赤ちゃんが飲みたいだけあげましょう。

満1歳過ぎて食事がよく食べられるようになったり、コップでお茶などが飲めるようになると卒乳しやすいでしょう。



夜中に何度も起こされる。
夜のおっぱい
どうしたらやめられる？

☆赤ちゃんは夢をみたり不安な時に泣きます。

おっぱいで安心して泣き止むのであれば、早く卒乳しなればと思わず、「泣く時期は一時的」ととらえ気長に待ってもいいのでは？



◇その他育児についてのご相談はこちらまで➡ ☎6308-9968（淀川区役所健康相談）9939（子育て支援室）

B型肝炎ワクチンのお知らせ

平成28年10月から定期接種（公費負担）になります！
B型肝炎はB型肝炎ウイルスに感染しておきる肝臓の病気で、ワクチン接種によって防ぐことができます。できるだけ早く受けて病気にならないようにしましょう！

【対象者】平成28年4月1日以後に生まれた生後1歳に至るまでの間にある方

【接種回数】3回 無料接種できるのは1歳のお誕生日の前日までだよ

【接種間隔】27日以上の間隔をあけて2回皮下に接種後、
1回目の接種から139日以上の間隔をあけて1回皮下接種

【標準的な接種期間】生後2か月に至った時から生後9か月に
至るまでの期間

【接種方法】今までの接種歴により接種回数が異なる 詳しくは
こちらへ➡



忘れていませんか？

麻疹・風疹混合（MR）ワクチンの予防接種を受けましょう！

【1期】生後12～24か月に至るまで

【2期】小学校就学前1年間（年長児：4/1～翌年3/31迄）

期間を過ぎると、任意接種となり1万円程度の自己負担がかかります。

～麻疹・風疹にかからない為の唯一の方法は予防接種です～

簡単おすすめレシピ

～いつものメニューで
カルシウムをたっぷりに～

チンゲンサイのミルク煮（4人分）

【1人分 117kcal カルシウム162mg】

チンゲンサイ 大1株
じゃがいも 大1個
かたくり粉 小さじ1
④（固形コンソメ 1個
水 カップ2
牛乳 カップ2



- ①じゃがいもは乱切りにした後、④のスープで軟らかくなるまで煮る。
- ②チンゲンサイは葉と茎に分け、茎は四つ割りにし5～6cmの長さ、葉は2～3cmの幅に切る。
- ③じゃがいもが軟らかくなれば、チンゲンサイ、牛乳を加えて味をととのえ、水溶きかたくり粉でとろみをつける。



“すまいる ☺ すてっぴ”

まとめて相談、まとめて解決！！

子育て全般に関するご案内をいたします。どこの窓口が担当でどんな手続きをすればよいのかすぐ解決！スタッフが一緒にお話を聞きながら案内させていただきます。

場所 区役所1階11番窓口 来庁時にお立ち寄りください～い

平成29年度 保育所一斉入所受付

10月3日（月）～10月17日（月）10月16日（日）も開庁受付します。

区役所1階区民ロビー（エレベーター前）

区役所開庁日の9時～17時30分（金曜日のみ19時まで）

【問合せ先】☎6308-9423（子育て支援）