

# おっぱい・子育てが うまくいくために

## 施設にできる

# 10のステップ

### Step 1

#### 病院の方針

乳児用ミルク・人工乳首や哺乳びんの販売促進をしません。

データを把握し  
母乳育児を支援することを  
スタッフと親に伝えます。



### Step 2

#### スタッフのスキル

スタッフはお母さんを支えるために勉強します。

スタッフの知識と技術を把握し強化します。



### Step 3

#### 妊娠中からのケア

母乳育児の大切さと授乳のしかたについてお母さんとお話をします。

気持ちに耳を傾け  
自信を持って選べるようにサポートします。



### Step 4

#### 生まれたらすぐに

赤ちゃんとお母さんが肌でふれあえるようにお手伝いします。

できるだけ早くから授乳できるようにお手伝いします。



### Step 5

#### 授乳のコツ

赤ちゃんが深く吸いつきしっかり飲めるようにサポートします。

母乳育児のトラブルに  
出会っても対処できるようにサポートします。



### Step 6

#### 赤ちゃんに必要なもの

医学的に問題がない限り  
赤ちゃんが飲むのはお母さんの母乳です。

ドナーミルクや乳児用ミルクが必要なときは安全な使用法をお伝えします。



赤ちゃんとお母さんの健康を守る  
母乳育児のお手伝いは  
私たち医療スタッフの仕事です

### Step 7

#### 母子同室

お母さんと赤ちゃんは  
昼も夜も一緒です。

赤ちゃんが病気の時も  
できるだけ一緒に過ごせるようにサポートします。



### Step 8

#### 赤ちゃんに合わせて

赤ちゃんの空腹のサインがお母さんにわかるようにお手伝いします。

母乳をあげるのに  
時間やタイミングの制限はありません。



### Step 9

#### 哺乳びんなどは？

母乳育児を始めるときには  
哺乳びんや人工乳首  
おしゃぶりを使わない方が  
うまくいきます。



### Step 10

#### 退院のときに

母乳育児の助けになる地域のグループや施設を紹介します。

卒乳までずっと  
支援を得られるように  
地域社会と協力します。

