



ミルク、哺乳瓶はいつまで？



離乳食が順調に進むと、その補いとしてのミルクの量は少なくなっていくます。1歳過ぎた頃には、離乳食がしっかり取れて、食べられる食品数も増え、一日分の栄養としては十分になります。食事から食事までの間に簡単なおやつ（栄養を補う軽食）があって機嫌よく過ごせるようであればミルクの栄養に頼らなくても大丈夫な離乳食の完了期（12～18か月）とみていいでしょう。

その頃になるとコップで飲むことにも興味を持ち、大人の手を添えられて上手に飲み干すようにもなります。「上手だね」「大きくなったね」等ほめられることでうれしく自信にもなり、哺乳瓶に頼らなくてもよくなっていきます。

しかし、弟妹が生まれて赤ちゃんがえりをした上の子が哺乳瓶を欲しくなることはよくあることです。そんな時には迷わず快く自分で離すまで与えてあげても大丈夫です。

子育て応援カード6

鶴岡市子育て支援推進委員会