

# Bottle Feeding Your Baby

Bottle feeding with formula will meet your baby's food needs. Your doctor will help decide which formula is right for your baby. Never give milk from cows or goats to a baby during the first year.

## Types of Formula

Formula comes in three forms:

- Ready to feed formulas need no mixing.
  - ▶ Pour the formula into a clean bottle.
  - ▶ Use ready to feed formula if you are unsure about the quality of your water.
  - ▶ Once opened, use the formula within 48 hours.
  - ▶ This type of formula costs the most.
- Liquid concentrate formula needs to be mixed with equal parts of water.
  - ▶ Once mixed, use this formula within 48 hours.
  - ▶ This formula costs less than ready to feed.
- Powdered formula needs to be mixed with water.
  - ▶ Once mixed, use this formula within 24 hours.
  - ▶ This type of formula costs the least.

Water from your faucet is often clean enough to use unless it is supplied by a well or your house has old plumbing. Old plumbing may contain lead. Lead poisoning can cause brain damage in your baby. If you have well water or old plumbing, have the water tested every year. You may need to use bottled water for your baby.

# ミルクの飲ませ方

哺乳瓶で乳児用ミルクを授乳しても、赤ちゃん食事として十分です。赤ちゃんに合ったミルクの種類については医師のアドバイスを受けてください。1才未満の赤ちゃんに牛乳や山羊乳を与えてはなりません。

## 授乳用ミルクの種類

乳児用ミルクには次の3種類があります。

- 液体ミルク（そのまま使えるタイプ）
  - ▶ ミルクを清潔な哺乳瓶に入れます。
  - ▶ 液体ミルクは水質が安全かどうかわからないときに使用します。
  - ▶ 開封後は48時間以内に使用してください。
  - ▶ この種類のミルクは最もコストがかかります。
- 液体濃縮ミルク（同量の水を加えるタイプ）
  - ▶ 水を加えた後は48時間以内に使用してください。
  - ▶ このタイプのミルクは液体ミルクよりはコストがかかりません。
- 粉ミルク（水に溶かすタイプ）
  - ▶ 水に溶かした後は24時間以内に使用してください。
  - ▶ このタイプのミルクは最もコストがかかりません。

ほとんどの場合、水道水は安全ですが、井戸水や家の配管が古い場合には注意が必要です。古い水道管には鉛が含まれている可能性があります。鉛は赤ちゃんの脳に損傷を与えるおそれがあります。井戸水を使用しているときや配管が古いときは、毎年、水質検査を受けてください。ボトル入りの飲用水を使用する必要がある場合もあります。

## **Feeding Your Baby**

Ask your baby's doctor how many ounces and how often to feed your baby. Every time your baby cries he may not be hungry. Watch your baby for feeding cues such as moving his hands to his mouth, movement of legs or arms, and making noises. Do not delay feeding when your baby has signs of being hungry even if you feel you have just fed your baby.

Each baby's eating habits are different. As a general guide:

- During the first few days, most babies eat about 1 to 2 ounces at each feeding every 2 to 4 hours.
- By two weeks, most babies are eating 3 to 4 ounces at each feeding every 3 to 4 hours. In time, your baby will develop a pattern.
- Your baby may eat different amounts at times.

## **Preparing the Formula**

- Wash your hands before touching the bottle or nipple.
- If you are using liquid concentrate formula, mix the formula with equal parts of water.
- If you are using powdered formula, mix 1 level scoop of formula with 2 fluid ounces of water. Stir the formula well. If you add too much or too little water to the formula, your baby may not get enough food. Do not add cereal, honey, corn syrup or other ingredients to your baby's formula.
- Throw out unused mixed formula left in your baby's bottle. Start with a fresh bottle of formula at each feeding. Germs called bacteria can grow between feedings and make your baby sick.

## ミルクの飲ませ方

ミルクの量と授乳回数については赤ちゃんのかかりつけ医にたずねてください。赤ちゃんが泣く理由は必ずしも空腹とは限りません。手を口に持っていく、手足を動かす、声を出すなど、赤ちゃんの空腹のサインを観察しましょう。赤ちゃんに空腹のサインが見られるときは、授乳間隔が短いように思える場合でもすぐにミルクを与えましょう。

ミルクの飲み方は赤ちゃんによって異なります。下に一般的な指針を示します。

- 最初の数日間、ほとんどの赤ちゃんが 2～4 時間おきに 30～60 ml (1～2 オンス) のミルクを飲みます。
- 生後 2 週間までに、ほとんどの赤ちゃんは 3～4 時間おきに 90～120 ml (3～4 オンス) のミルクを飲むようになります。時間が経つにつれて、授乳のパターンが定まってきます。
- ミルクを飲む量が一定でないこともあります。

## ミルクの用意

- 瓶や乳首を扱う前に手を洗います。
- 液体濃縮ミルクを使用するときは、ミルクを同量の水を加えます。
- 粉ミルクを使用するときは、スプーンの 1 目盛り分のミルクを 57g (2 オンス) の水に溶かします。ミルクはよくかき混ぜてください。ミルクに加える水の量が多すぎたり少なすぎたりすると、赤ちゃんが十分な栄養をとれないことがあります。ミルクにシリアルや蜂蜜、コーンシロップなど他のものを加えないでください。
- 飲み残したミルクは捨ててください。授乳のたびに、清潔な瓶で新しいミルクを与えましょう。飲み残しを使用すると、病原菌（細菌）が繁殖し、赤ちゃんの病気の原因になります。

## **Bottle Nipples**

Use a nipple for your baby's age. Make sure the nipple hole is small enough so the formula drips out slowly.

## **Warming Bottles**

Formula should be at room temperature. To warm formula, place the bottle in a pan or bowl of heated water. Mix the formula in the bottle and test the temperature by dropping a few drops of formula on the inside of your wrist.

**Never warm bottles in the microwave or on the stove** because it destroys vitamins and does not heat the formula evenly. The bottle could explode or cause serious burns to your baby.

## 哺乳瓶の乳首

乳首は赤ちゃんの月齢に合ったものを使いましょう。ミルクがゆっくりと出てくる程度の穴のサイズの乳首を選んでください。

## ミルクの温め

ミルクは室温にします。ミルクを温めるときは、哺乳瓶をお湯の入った鍋やボウルに入れます。哺乳瓶を振ってミルクが混ざるようにしてから、自分の手首の内側にミルクを数滴落として熱くないことを確認します。

電子レンジやストーブでミルクを温めないでください。ビタミンが破壊されたり、ミルクが均一に温まらないことがあります。哺乳瓶が破裂したり、赤ちゃんが大やけどを負う可能性もあります。

2007– 11/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from [www.healthinfotranslations.org](http://www.healthinfotranslations.org) for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Bottle Feeding Your Baby. Japanese.