

欢乐孕育系列

HUANLE
YUNYU

阳光小天使 幸福 育儿百科



监修 [日] 宫野孝一
池下育子

安徽科学技术出版社

[皖] 版贸登记号:1201284

图书在版编目(CIP)数据

阳光小天使幸福育儿百科/(日)宫野孝一,(日)池下育子主编;周逸之,翟志敏译. —合肥:安徽科学技术出版社,2006.9

(欢乐孕育系列丛书)

ISBN 7-5337-3329-0

I. 阳… II. ①宫…②池…③周…④翟… III. 婴幼儿-哺育 IV. TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 110557 号

TITLE:[てるてる天使の育児百科 ハッピー・ベビーケア]

by [K. K. ファンタジー, 宮野孝一, 池下育子]

Copyright ©K. K. Fantasy/Mie Tamura/GAKKEN TH/GAKKEN

Original Japanese language edition published by Gakken Co., Ltd.

All rights reserved, including the right to reproduce this book or portions thereof in any form without the written permission of the publisher.

Chinese translation rights arranged with Gakken Co., Ltd., Tokyo through Nippon Shuppan Hanbai Inc.

*

安徽科学技术出版社出版

(合肥市跃进路1号新闻出版大厦)

邮政编码:230063

电话号码:(0551)2833431

E-mail: yougoubu@sina.com

yougoubu@hotmail.com

网址: www.ahstp.com.cn

新华书店经销 安徽新华印刷股份有限公司印刷

*

开本:889×1194 1/24 印张:9 $\frac{1}{3}$ 字数:263 千

2006 年 9 月第 1 版 2006 年 9 月第 1 次印刷

定价:24.00 元

(本书如有倒装、缺页等问题,请向本社发行科调换)

致《阳光小天使幸福育儿百科》的幸运读者

被婴儿夜啼弄得筋疲力尽，
因宝宝迅速成长而惊奇，
替宝宝洗澡时忐忑不安……
度过了分娩这一大难关的您，
进入了“照料宝宝”这一崭新的未知世界。
《阳光小天使幸福育儿百科》是帮助您育儿的书籍，
教您理解和照料宝宝的方法，
消除您的不安和压力，
使母子关系更加亲密、和谐。

首先，请您阅读书中宝宝和妈妈的“检查要点”，
掌握该月的宝宝成长要点和妈妈的计划安排，
从而迅速抓住许多需要做的充满乐趣的工作。
书中还通过大量插图指导您和宝宝做游戏。

阳光小天使会引导您幸福育儿，
不要紧张，请放心吧！
因为她无论何时都会守候在您身旁。
虽然您看不见她，但是她会陪伴着您，
一直默默地鼓励着您。

而且，您也许已经意识到了吧，
您的宝贝本身就是一个“天使”。
本书会使成为妈妈的您和宝宝的生活，
更加快乐、幸福！

妈妈和宝宝☆ Be Happy!
幸福★育儿！

您若还未分娩，我们向您推荐
《阳光小天使快乐孕产百科》。
阳光小天使会引导您这位准妈妈
快乐地度过孕产的日日夜夜。

关于“阳光小天使”



“阳光小天使”是随时都在您的身旁默默地守护着您的一位小小的朋友。她传递给您绝妙的信息，使您安之若素，使您心境平和。作者田村美枝开始画“阳光小天使系列”已经五年多了，在这期间已经有许多忠实读者结婚了，为人母了。

听说有很多读者给作者来信并写到：“B超照片上的肚子里的宝宝就像您画的阳光小天使！”“我曾呼唤肚子里的宝宝‘阳光小天使’！”“刚生下来的宝宝和阳光小天使像极了！”正是在这些准爸爸、准妈妈的心声的鼓舞下，“阳光小天使”作为领航员，在这一套孕产、育儿的书籍中登场了。

监修·宫野孝一寄语

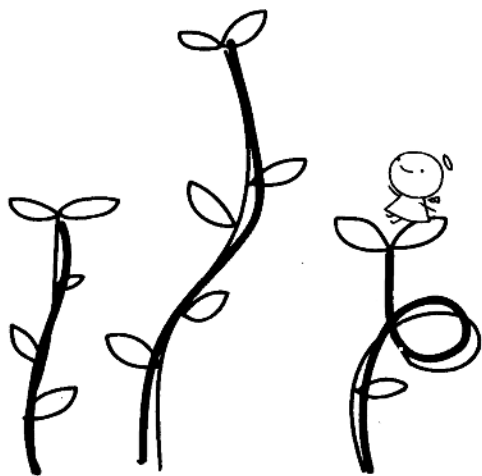
孩子的个性各不相同、多种多样，发育的进程也千差万别，并非所有的孩子都按照育儿书籍中所讲述的那样成长。因此，请妈妈们不要拘泥于书籍，要按照自己的进度积极主动地育儿。为了和宝宝一起快乐地生活，请妈妈们好好利用这本育儿书籍。

监修·池下育子寄语

现在的育儿用品虽然与过去已有很大不同，但是妈妈和宝宝的身和心与过去相比没有变化。因此，不要孤军作战，要不断地向奶奶、前辈妈妈和周围的人寻求帮助。像宝宝一天天长大那样，您也会逐渐成为一位成熟的母亲。



阳光小天使 幸福育儿百科



监修 宫野孝一 池下育子
翻译 周逸之 翟志敏

安徽科学技术出版社

前言

小巧的内衣，不大点儿的袜子，
这样小能穿吗？虽然怀疑过，
但是，一个与这些衣服十分合适的你诞生了！
抚摩那花瓣一样的小手，
在脸蛋上亲一口！
第一次体验到了
对你有这样强烈的母爱的感情……

不过，宝宝完全是个外星人。
妈妈像是“进入”了一个未知的世界，
成天为照料宝宝提心吊胆、忐忑不安。
尿片也换了，奶也喂了，
为什么宝宝还啼哭呢？
真想和宝宝一起大哭一场，
这样的时代你可能也曾有过吧。



如果不了解宝宝的发育过程
和产后自己身体的变化，
只会使不安日益加剧。

不过，不要担心！
这本书将解疑“是什么？为什么！？”
来引导产后的妈妈。

手中拿着这本书
就能快乐地哺育好宝宝，
磨炼出一位优秀的妈妈，
我们一起在育儿的路上往前走吧！





前言	2
宝宝成长日历	10
这本书的特点和使用方法	16
婴儿护理基础	17

母乳&牛奶/换尿片/抱/洗澡/衣服&换衣/布置婴儿房/防止宝宝出意外事故

生后0~1个月

生后0~1个月的宝宝	32
------------	----

生后0~1个月的宝宝检查要点	33
----------------	----

宝宝哭了/换尿片→喂奶→抱/勤于检查大小便情况/宝宝要奶喝时就喂奶/各种睡觉姿势都行/接种卡介苗/每天洗1次澡/手指接触嘴就会被婴儿吸住

和生后0~1个月的宝宝进行交流	39
-----------------	----

生后0~1个月的宝宝热门问题解答	40
------------------	----

宝宝头上有个突出的黏饼样的瘤子，难道真是那个外星人吗!? /奶出得少，我有点担心母乳不够，怎么办? /宝宝的小鸡鸡黑黑的，怪吓人的，那些褶皱怎么洗呢? /宝宝吸不好奶，怎么办呢? /宝宝肚脐周围湿漉漉的，是不是发生细菌感染了呢?

爸爸要积极参与育儿	41
-----------	----

血型不同!? 不是我的孩子?

产后0~1个月的妈妈的身心	42
---------------	----

产后0~1个月的妈妈检查要点	43
----------------	----

注意恶露变化! /家务活要从简，最重要的是和宝宝亲近/忧郁时要发出SOS!

产后0~1个月的妈妈热门问题解答	
------------------	--

外阴部疼痛，我担心外阴部被撕裂了，多久才会好呢? /没有母乳，我非常忧郁，像我这样的人是不是没有资格当母亲? /来月经时是不是就不能喂奶了?

不要着急，
一切都顺利!



不要紧!!



生后1~2个月

生后1~2个月的宝宝 ————— 48

生后1~2个月的宝宝检查要点 ————— 49

宝宝满月时应接受健康检查/宝宝能一直盯着妈妈看了/宝宝手脚“吧嗒吧嗒”乱打、吮着手指玩/宝宝能到大人浴缸去洗澡了/宝宝喂奶已经吸得很好了/带着宝宝去散散步

和生后1~2个月的宝宝进行交流 ————— 53

生后1~2个月的宝宝热门问题解答 ————— 54

宝宝额头和脸蛋上有红点点，是不是有过敏性皮炎呢？/宝宝一吐奶就打嗝，很难受吧？/宝宝头上有块黄色的痂，怎么洗也洗不掉，要紧吗？/给宝宝换尿布时，宝宝的腿很难分开，还“喀嚓喀嚓”直响，是什么原因？/一到傍晚宝宝就“呜呜”直哭，那时又正是忙的时候，真让人着急，宝宝为什么会这样呢？

爸爸要积极参与育儿 ————— 55

我在厨房的水池子洗脏尿布，被妻子训了一顿！该怎样洗呢！？

产后1~2个月的妈妈的身心 ————— 56

产后1~2个月的妈妈检查要点 ————— 57

接受产后健康检查/良好的膳食可增加母乳分泌、加强体力/让丈夫参与育儿/开始做产褥操

产后1~2个月的妈妈热门问题解答 ————— 60

大家都说母乳好，母乳真比奶粉好吗？/感觉乳房不胀了，是不是奶快没有了？/剖宫产后，什么时候可以开始过性生活呢？

生后2~3个月

生后2~3个月的宝宝 ————— 62

生后2~3个月的宝宝检查要点 ————— 63

醒着的时间延长了/“呜”“啊”地开始试声了/转向有声音的方向/能追视玩具了/喂奶间隔延长/俯卧时头能抬起一会儿了

和生后2~3个月的宝宝进行交流 ————— 67

生后2~3个月的宝宝热门问题解答 ————— 68

宝宝小便是浅红色的，不会是什么病吧？/宝宝得了尿布疹，屁股红得像猴子屁股似的，有没有什么好办法护理？/宝宝口中的白渣滓是什么？/我宝宝有点斗鸡眼，对视力有影响吗？/宝宝特别喜欢吮指头，应该制止吗？

爸爸要积极参与育儿 ————— 69

对我家的“新秀”我还满是困惑，还没有觉得其“可爱”的实际感觉……

产后2~3个月的妈妈的身心 ————— 70

产后2~3个月的妈妈检查要点 ————— 71

如果有尿漏，要注意锻炼/有的妈妈来月经了/在职妈妈要准备恢复工作/独身母亲要利用援助服务/遭遇了家庭暴力要去援助中心

产后2~3个月的妈妈热门问题解答

我不擅长和人打交道，带宝宝去公园与其他妈妈们交谈有点害羞，该怎么办呢？/我特别想开戒喝啤酒、抽烟，怎么办呢？/丈夫说我的食欲和职业摔跤运动员差不多，要节食吗？



飞到什么地方都行！



生后3~4个月

生后3~4个月的宝宝 76

生后3~4个月的宝宝检查要点 77

宝宝3~4个月时应去做健康检查/对宝宝认知能力的训练/宝宝的头能竖起来了/宝宝能向大人笑了/“啊”“呜”的声音很清晰了/宝宝知道把手伸向玩具了/给宝宝喂果汁

和生后3~4个月的宝宝进行交流 81

生后3~4个月的宝宝热门问题解答 82

竖着抱宝宝时，头还摇摇晃晃的，是不是脑袋太重了？/宝宝不喜欢婴儿车，能坐的话我就轻松多了，该怎么纠正呢？/宝宝晚上哭得厉害，婆婆还说风凉话，说是我太幼稚了才造成的，为什么这么爱哭呢？/逗宝宝时他不怎么搭理我们，不会是发育不正常吧？

爸爸要积极参与育儿 83

既使回家晚了，我也喜欢带宝宝洗澡，不过，太晚了妻子会很烦。

产后3~4个月的妈妈的身心 84

产后3~4个月的妈妈检查要点 85

乳房不胀了/选择适合产后穿的内衣/如果政策允许要生下一个孩子，需注意什么

产后3~4个月妈妈热门问题解答 88

我的妊娠纹特别显眼，只怕再也不能穿比基尼了，妊娠纹会消退吗？/感觉乳房胀痛，乳头还有白渣，这是为什么呢？/感冒了能给宝宝喂奶吗？我可以吃药吗？

永远……

永远……



和你在一起哟!!



也许宝贵的东西
就在你的身旁!



生后4~5个月

生后4~5个月的宝宝 90

生后4~5个月的宝宝检查要点 91

抓、拖玩具/能“咯咯”地笑出声了/俯卧时能抬起头和肩了/需要系围嘴儿了/引诱宝宝吃大人的饭菜/容易便秘

和生后4~5个月的宝宝进行交流 95

生后4~5个月的宝宝热门问题解答 96

宝宝还不会翻身，是发育不正常吗？/宝宝还不会用勺子喝液体，一喝就呛，怎么训练他好呢？/一直让宝宝垫着纸尿片，这会不会延长垫尿片的时间呢？/搬家后必须换个医院，怎样选个好医生呢？/喝母乳使宝宝患了过敏性疾病，该怎么办呢？

爸爸要积极参与育儿 97

宝宝被老婆抱着时笑嘻嘻的，我一抱就哭，真有点悲哀……

产后4~5个月的妈妈的身心 98

产后4~5个月的妈妈检查要点 99

体重不能复原的妈妈要减肥/消除怕冷症、腰痛、局部酸紧/适当恢复怀孕前的爱好/争取更多的人帮助育儿

产后4~5个月的妈妈热门问题解答 102

产后体重减少了，不要紧吗？/手腕和腰都疼，有时甚至不能抱孩子，怎么办呢？/我想在自己身上也花点时间，去美容院可以吗？

生后5~6个月

生后5~6个月的宝宝——104

生后5~6个月的宝宝检查要点——105

宝宝能够自己翻身了/妈妈帮着换尿布时,宝宝能抓着自己的脚了/看着镜子里自己的样子会高兴/喜欢妈妈的声音和容貌/需要调整宝宝的生活节律/试着给宝宝喂稠粥/制定预防接种计划

和生后5~6个月的宝宝进行交流——109

生后5~6个月的宝宝热门问题解答——110

宝宝闭着嘴不肯吃断奶食,只想喝母乳,该怎么办呢?/宝宝特喜欢举高高游戏,常这样会得“被摇晃儿综合征”吗?/宝宝特喜欢喝果汁,拉肚子是不是因为喝了果汁的原因呢?/宝宝经常打嗝,对牙齿发育有没有影响?/宝宝耳朵里有黏黏糊糊的耳垢,会有什么毛病吧?

爸爸要积极参与育儿——111

妻子承担了母亲的职责,看上去快成老大妈了。难道这是育儿时期的无奈?

产后5~6个月的妈妈热门问题解答——112

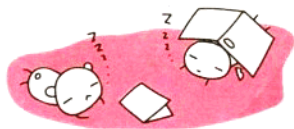
突然站起来就头晕,怀孕期间就有些贫血,该怎么治疗呢?/产后得过膀胱炎,现在复发了,身体也很倦怠,怎么办呢?

在职妈妈专栏——112

要准备从安闲的休养生活投入到紧张的工作中去了。



一起休息一会儿



太高兴了



生后6~9个月

生后6~9个月的宝宝——114

生后6~9个月的宝宝检查要点——115

宝宝6~7个月时应去做健康检查/宝宝自己能独立坐了/宝宝会用手抓东西了/宝宝喜欢躲猫猫的游戏/宝宝会追人和认生了/宝宝能反复发出“曼曼”“啪啪”的声音了/宝宝的牙长出来后就要护理了/宝宝能咀嚼了,可进入断奶食中期

和生后6~9个月的宝宝进行交流——121

生后6~9个月的宝宝热门问题解答——122

宝宝喜欢丢纸、拔插头,应该制止吗?/喂断奶食后有些拉肚子,还要继续喂吗?/宝宝还不会坐,一坐就用手撑着,是不是发育慢了?/宝宝特别认生,在公园里也不搭理别的孩子,怎么纠正呢?/宝宝还不会爬,我想帮一帮可以吗?

爸爸要积极参与育儿——123

该怎样选择儿童安全带?是否因月龄不同而有区别?

产后6~9个月的妈妈热门问题解答——124

我现在没心情和丈夫过性生活,会不会成为性冷淡的后备军?/我的乳头被宝宝咬得火辣辣地痛,怎样进行护理呢?

在职妈妈专栏——124

托儿所也能做到完全用母乳育儿吗?



满怀深情地……



生后12~15个月

生后12~15个月的宝宝 —— 136

生后12~15个月的宝宝检查要点 —— 137

宝宝接受1岁儿童的健康检查/庆祝宝宝周岁/宝宝自己能走了/“喃喃、汪汪”等语言更加丰富了/宝宝能乱涂了/宝宝咀嚼得很好就可进入断奶食终止期

和生后12~15个月的宝宝进行交流 —— 141

生后12~15个月的宝宝热门问题解答 —— 142

半夜还要给宝宝喂奶，要到什么时候才能断奶呢？/接种了脊髓灰质炎疫苗后，宝宝有些拉肚子，要紧吗？/宝宝用手拿着断奶食吧唧吧唧地吃，什么时候开始教孩子吃饭呢？/我的孩子说话迟，是住高层住房的原因吗？

爸爸要积极参与育儿 —— 143

不善于和妈妈们打交道，不想带孩子去公园，我是个自私的爸爸吗？

产后12~15个月的妈妈热门问题解答 —— 144

丈夫在育儿方面根本不合作，连垃圾都不丢，真想和他离婚，他为什么这样呢？/产后1年的健康检查非做不可吗？

在职妈妈专栏 —— 144

上托儿所时宝宝啼哭弄得我牵肠挂肚。这是妈妈和宝宝要跨越的第一道障碍。

生后9~12个月

生后9~12个月的宝宝 —— 126

生后9~12个月的宝宝检查要点 —— 127

9~10个月时去做健康检查/宝宝能贴着地爬一高爬/宝宝能扶着站立一扶着走/宝宝能用大拇指和食指捏东西了/经常“曼曼”“呜呜、呜呜”地喃喃自语/宝宝能模仿了/宝宝能闭嘴咀嚼，可进入断奶食后期

和生后9~12个月的宝宝进行交流 —— 131

生后9~12个月的宝宝热门问题解答 —— 132

宝宝用脚尖着地扶着东西摇摇晃晃地站立也行吗？/宝宝特喜欢看电视，忙起来我就会随他去了，不要紧吧？/宝宝长了两颗牙，可以开始刷牙了吗？/早春宝宝经常打喷嚏，是不是得了花粉症？/宝宝不管什么都用牙去咬，椅子都被咬得坑坑洼洼的，这是为什么呢？

爸爸要积极参与育儿 —— 133

我在家照看宝宝时，宝宝身体像是不舒服，我该怎么办？

产后9~12个月的妈妈热门问题解答 —— 134

被上面的孩子吵烦了，训了他一顿，我是个坏妈妈吗？/怀孕期间体重增加了15kg，产后也没复原，怎么办呢？

在职妈妈专栏 —— 134

不要拘泥“3岁儿神话”。育儿的质比量重要，在职妈妈要让婴儿更深刻地感受母爱。

梦想在空中放飞



到任何时候
都一直陪伴你前进的



我什么时候
都会帮助你……



生后15~18个月

生后15~18个月的宝宝——146

生后15~18个月的宝宝检查要点——147

牵着宝宝的手能上楼梯了/宝宝能走得很好了/喊宝宝的名字能回答了/宝宝能拿、放玩具了/宝宝能搭积木了/词语数量增加了/爱说“不”了

和生后15~18个月的宝宝进行交流——151

生后15~18个月的宝宝热门问题解答——152

宝宝食欲时好时坏，我担心宝宝会不会营养不良？/宝宝像是左撇子，将来可能不方便，要纠正他吗？/医生说宝宝是外翻性扁平足，怎样才能治好呢？/最初给宝宝看哪些连环画好呢？怎样读呢？/宝宝丢勺子、发脾气，不会是个倔脾气吧？

爸爸要积极参与育儿——153

妻子不让我大声骂孩子，但是父权毕竟也重要。

产后15~18个月的妈妈热门问题解答——154

已经不喂奶了，还是有母乳流出来，请教我护理的方法好吗？/和丈夫过性生活时，突然有乳汁流出来，其实已经没奶了，这是为什么呢？

在职妈妈专栏——154

赚的钱只够支付托儿费……工作与育儿的关系不能只从金钱方面考虑。

生后18~24个月

生后18~24个月的宝宝——156

生后18~24个月的宝宝检查要点——157

宝宝接受1岁半儿童的健康检查/上下都长了8颗牙齿/宝宝能说两个词组成的句子了/宝宝能跳跃了/宝宝能自己穿衣了/宝宝想给妈妈做帮手了

和生后18~24个月的宝宝进行交流——161

生后18~24个月的宝宝热门问题解答——162

孩子开始会走路后，就可以不垫尿片了吗？/孩子晚上发脾气，哭得抽筋了，怎么办呢？/孩子下嘴唇比上嘴唇突出，是不是要早些治疗为好？/我的孩子调皮得要命，连玩具箱都弄翻了，怎样教他不做危险的事情呢？

爸爸要积极参与育儿——163

妻子说要寄托孩子参加工作，我认为还太早了点。

产后18~24个月的妈妈热门问题解答——164

孩子非常淘气，我束手无策，真想在精神上轻松一下，我该怎么办？/在附近我还没交上妈妈朋友，有没有好办法呢？

在职妈妈专栏——164

孩子夜晚突然发热怎么办？要和同托儿所的孩子的妈妈们交换信息，了解附近的夜间急诊医院。

断奶食谱——166

生活中的教养——173

教养的热门问题解答——178

在餐厅到处跑，不能老实吃饭，该怎么教呢？/和孩子们争玩具时又咬又踢，怎样纠正呢？/在超级市场，孩子用指头按肉、鱼的塑料包装，怎样让他改正呢？

疾病&事故用语小词典——179

Memorial Day Note——195

诞生贺礼&回礼检查清单——200

身高&体重成长表(男童)——202

身高&体重成长表(女童)——204

中国计划免疫现行的免疫程序表——206

至今已患主要疾病备忘录——208

备忘录——210

育儿日记(附有生活日程填写表)——212

索引——218

宝宝成长日历



母子终于见面了。

盼望已久的宝宝诞生了。

不过，宝宝的生活节律总和妈妈不太合拍。
和怀孕时相比，现在每天都忙得不可开交吧？

但是，为了宝宝不要忘记一些重要的事情，
请用这个日历检查一下。

瞧，宝宝在一天天成长，
给你带来了无数欢乐的礼物吧！

已经完成了吗？ 健康检查和预防接种等项目。为了不致忘记，请经常检查。健康检查和集体预防接种的时期，各地不尽相同，请加以确认。接种期间用实线表示。

发育检查 根据有关资料总结了婴儿身体发育过程。——表示开始时期。发育有很大的个人差异，说到底不过是个参照目标而已。

会做了！太棒了！ 当发现宝宝在生活中连这样的事情也能做时，会很高兴。这是令人高兴的项目。——表示开始时期。

愉快的活动 为了祝愿宝宝健康成长，根据民间习俗，建议进行这些活动，使其印刻在家庭的记忆中。

0 个月

1 个月

2 个月

已经完成了吗?

□接种卡介苗和乙肝疫苗(新生儿出生24小时内初种,7岁时复种卡介苗加强免疫。)

□接受1个月时的健康检查

在妇幼保健院,可以和妈妈的产后检查(产后42天)一起进行。

□接种第二次乙肝疫苗(与初种间隔1个月)

□接种第一次

脊髓灰质炎疫苗



发育检查

俯卧时能稍微抬头

手脚“吧嗒吧嗒”乱打



会做了!太棒了!

听到大的声响会吓一跳

用指头接触嘴会吮吮

有时对着宝宝说话可使其
短暂停止哭泣

呼唤宝宝时他会知道
旋转床头玩具时会看着

唱摇篮曲时会听着

盯着喂奶的妈妈看
对拨浪鼓等声音有反应
接触室外空气时好像很高兴
告别婴儿浴盆,和大人一起洗澡
妈妈开始做产褥操

盯着玩具看
逗弄宝宝时会微笑
嘴含着拳头
一起去散步
半年后上班

愉快的活动

★盼望已久的誕生日

出院

时间由医院而定,顺产约1周,
剖宫产10~14天出院。



3 个月

4 个月

5 个月

6 个月

已经完成了吗？

☐接受三、四月时的健康检查☐接种第二次脊髓灰质炎疫苗☐接种第一次百白破疫苗☐接种第三次脊髓灰质炎疫苗(4岁时接种第四次疫苗)☐接种第二次百白破疫苗☐接种第三次百白破疫苗☐接受六、七个月时的健康检查☐接种第三次乙肝疫苗☐开始吃断奶食(断奶食初期)☐能够咀嚼(断奶食中期)

发育检查

头能竖立了
俯卧着能抬起头了

能翻身了

能抓着脚放到嘴里

能弯着腰、手撑地坐了

能匍匐前进了

长第一颗牙了

会做了！太棒了！

会发“啊”“呜”这些可爱的声音了

出声地笑

吸吮手指

会握拨浪鼓了

傍晚时哭泣

不穿婴儿服了，穿连裤衣

挂围嘴儿

为宝宝读连环画

知道区别妈妈和其他人的声音

自己想去抓玩具了
表现出想吃大人饭菜的表情

会认生了

看“躲猫猫”时会笑

开始护理牙齿

从母亲处获得的免疫力渐渐消失

可以穿不是开襟的T恤了

愉快的活动

●买喂断奶食用的餐具
●买第一本书

●到在三四个月的健康检查时结识的小朋友家去玩

●探访附近的育儿小组



※风疹: 接种时间从第8个月开始, 但是要优先接种麻疹疫苗, 所以一般从第9个月开始。