

授乳の記録 Feeding Record (Japanese)

赤ちゃんがお腹がすいているそぶりを見せたら母乳をあげてください：舌を突き出す、唇を舐める、手を口にもっていく Breastfeed your baby when they are showing hunger cues: thrusting tongue, licking lips or hands to mouth

目安: What to Expect:

- 出生～24時間：少なくとも4回～6回の授乳（おしっこ1回とうんち1回）。
Birth to 24 hours: At least 4-6 feeds (1 urine & 1 stool).
- 24時間～48時間：少なくとも6回～8回しっかり授乳する（おしっこ2回とうんち2回）。24 hours - 48 hours: At least 6-8 good feeds (2 urines & 2 stools).
- 48時間～3日目：少なくとも8回～12回の授乳（おしっこ3回とうんち3回）。うんちの色は、ベトベトしたタールのようなもの、緑または黒から緑っぽい黄色/茶色、ツブツブの混じったものへと変化し始めます。48 hours - 3 days: At least 8-12 feeds (3 urines & 3 stools). Stool color should begin to change from sticky, tar-like and green or black to greenish or yellow/brown, grainy or seedy.

1日目 Day 1						2日目 Day 2					
授乳 Feeds	時間 Time	右 Right	左 Left	うんち Stools	おしっ こ Urine	授乳 Feeds	時間 Time	右 Right	左 Left	うんち Stools	おしっ こ Urine
1				*	*	1				*	*
2				*		2				*	*
3						3					
4						4					
5						5					
6						6					
7						7					
8						8					

3日目 Day 3						4日目 Day 4					
授乳 Feeds	時間 Time	右 Right	左 Left	うんち Stools	おしっ こ Urine	授乳 Feeds	時間 Time	右 Right	左 Left	うんち Stools	おしっ こ Urine
1				*	*	1				*	*
2				*	*	2				*	*
3				*	*	3				*	*
4						4					*
5						5					
6						6					
7						7					
8						8					