



_____ を _____ キロカロリー/

オンス分準備する方法

付属の計量スプーンを使う

How to prepare _____ kcal/oz for _____
Using scoops (Japanese)

作り方 : Instructions:

1. 透明な液体用計量カップを使って記載されている量の水を計ります。

Measure out listed amount of water using a clear liquid measuring cup.

2. 記載されている計量スプーンの量の粉ミルクを加えてください。粉ミルクの容器に付いている専用の計量スプーンのみを使用してください。

Add listed amount of formula scoops. Use only the scoop provided in the formula container.

3. よくかき混ぜてください。Stir well.

4. ミルクは密閉した容器で冷蔵庫に保管し、調乳後 2 4 時間以内に使用してください。

Store the formula in a tightly covered container in the refrigerator and use within 24 hours of mixing.

水の量 Amount of Water		粉ミルクの量 (詰め込まずにスプーンすりきり) Scoops of formula (unpacked and level scoops)		できたおおよそのオンスの量 Approximate Ounces Made
___ オンス ounces	+		=	___ オンス ounces
___ オンス ounces	+		=	___ オンス ounces
___ オンス ounces	+		=	___ オンス ounces
___ オンス ounces	+		=	___ オンス ounces

覚えておくべき重要事項: Important things to remember:

- 粉ミルクを決して電子レンジで温めないでください。その代わりに、調乳した粉ミルクが入った哺乳びんの上からお湯をかけるか、またはお湯の入っている容器の中に哺乳びんを入れて温めてください。

Never use a microwave to heat the formula. Instead, heat the mixed formula in a bottle by running warm water over the bottle or by placing the bottle in a container of warm water.

- 授乳後2時間経ったら、哺乳びんの中に残っている粉ミルクは捨ててください。次の授乳には使わないでください。

Throw away any formula left in the bottle within 2 hours after a feeding. Do not use for next feeding.

- 計量スプーン半量は使わないでください。Do not use half scoops.

この用紙に載っているレシピや情報に関してのご質問や心配事項は、以下にお問い合わせください:

Questions or concerns about the recipe/information on this sheet, contact:

名前: _____ 電話番号: _____

Name: _____ Phone: _____

免責条項: この資料には該当する健康状態や疾患の典型的なケースを想定しミシガン大学ヘルスが編集した情報や教材が含まれています。資料の中にはミシガン大学ヘルス外で作成されたオンラインサイトのリンクが掲載されている場合がありますが、そのようなサイトの内容に関しミシガン大学ヘルスは一切責任を負いません。この資料の内容は主治医からの医学的アドバイスに代わるものではありません。なぜならあなたが経験されることが典型的な患者の経験と異なる場合があるからです。この資料の内容、ご自分の状態、治療計画に関し質問がある場合は担当の医療従事者にお問合わせ下さい。

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by University of Michigan Health for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by U-M Health and for which U-M Health does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

翻訳: ミシガン・メディシン通訳サービス

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

[ミシガン大学ヘルス](#)による患者教育は、[クリエイティブ・コモンズ表示-非営利-継承 4.0 国際パブリック・ライセンス](#) を有しています。最終版 2023年07月10日

Patient Education by [University of Michigan Health](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 07/10/2023

This translation was made possible by Interpreter Services Translation Grant FY 24.



_____ を _____ キロカロリー/

オンス分準備する方法

付属の計量スプーンを使う

How to prepare _____ kcal/oz for _____
Using scoops (Japanese)

作り方 : Instructions:

- 透明な液体用計量カップを使って記載されている量の水を計ります。
Measure out listed amount of water using a clear liquid measuring cup.
- 記載されている計量スプーンの量の粉ミルクを加えてください。粉ミルクの容器に付いている専用の計量スプーンのみを使用してください。
Add listed amount of formula scoops. Use only the scoop provided in the formula container.
- よくかき混ぜてください。Stir well.
- ミルクは密閉した容器で冷蔵庫に保管し、調乳後 2 4 時間以内に使用してください。
Store the formula in a tightly covered container in the refrigerator and use within 24 hours of mixing.

水の量 Amount of Water		粉ミルクの量 (詰め込んでスプーンすりきり) Scoops of formula (packed and level scoops)		できたおおよそのオンスの量 Approximate Ounces Made
___ オンス ounces	+		=	___ オンス ounces
___ オンス ounces	+		=	___ オンス ounces
___ オンス ounces	+		=	___ オンス ounces
___ オンス ounces	+		=	___ オンス ounces

覚えておくべき重要事項: Important things to remember:

- 粉ミルクを決して電子レンジで温めないでください。その代わりに、調乳した粉ミルクが入った哺乳びんの上からお湯をかけるか、またはお湯の入っている容器の中に哺乳びんを入れて温めてください。

Never use a microwave to heat the formula. Instead, heat the mixed formula in a bottle by running warm water over the bottle or by placing the bottle in a container of warm water.

- 授乳後2時間経ったら、哺乳びんの中に残っている粉ミルクは捨ててください。次の授乳には使わないでください。

Throw away any formula left in the bottle within 2 hours after a feeding. Do not use for next feeding.

- 計量スプーン半量は使わないでください。Do not use half scoops.

この用紙に載っているレシピや情報に関してのご質問や心配事項は、以下にお問い合わせください:

Questions or concerns about the recipe/information on this sheet, contact:

名前: _____ 電話番号: _____

Name: _____ Phone: _____

免責条項: この資料には該当する健康状態や疾患の典型的なケースを想定しミシガン大学ヘルスが編集した情報や教材が含まれています。資料の中にはミシガン大学ヘルス外で作成されたオンラインサイトのリンクが掲載されている場合がありますが、そのようなサイトの内容に関しミシガン大学ヘルスは一切責任を負いません。この資料の内容は主治医からの医学的アドバイスに代わるものではありません。なぜならあなたが経験されることが典型的な患者の経験と異なる場合があるからです。この資料の内容、ご自分の状態、治療計画に関し質問がある場合は担当の医療従事者にお問合わせ下さい。

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by University of Michigan Health for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by U-M Health and for which U-M Health does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

翻訳: ミシガン・メディシン通訳サービス

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

ミシガン大学ヘルスによる患者教育は、[クリエイティブ・コモンズ表示-非営利-継承4.0 国際パブリック・ライセンス](#) を有しています。最終版 2023年07月10日

Patient Education by [University of Michigan Health](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 07/10/2023

This translation was made possible by Interpreter Services Translation Grant FY 24.



_____を__キロカロリー/

オンス分準備する方法

家庭にあるもので計量する場合

How to prepare __ kcal/oz for _____
Using household measurements (Japanese)

作り方 : Instructions:

1. 透明な液体用計量カップを使って記載されている量の水を計ります。
Measure out listed amount of water using a clear liquid measuring cup.
2. 記載されている粉ミルクの量を計量カップかスプーンを使って加えてください。
Add listed amount of formula using measuring cups/spoons.
3. よくかき混ぜてください。Stir well.
4. ミルクは密閉した容器で冷蔵庫に保管し、調乳後 2 4 時間以内に使用してください。Store the formula in a tightly covered container in the refrigerator and use within 24 hours of mixing.

水の量 Amount of Water		粉ミルクの量 (詰め込まずに目盛りまで計量) Amount of Formula (unpacked and level measurements)		できたおおよそのオンスの量 Approximate Ounces Made
__オンス ounces	+	大さじ__ tablespoons+ 小さじ__ teaspoons	=	__オンス ounces
__オンス ounces	+	__カップ cup+ 大さじ__ tablespoons+ 小さじ__ teaspoons	=	__オンス ounces
__オンス ounces	+	__カップ cup+ 大さじ__ tablespoons+ 小さじ__ teaspoons	=	__オンス ounces
__オンス ounces	+	__カップ cup+ 大さじ__ tablespoons+ 小さじ__ teaspoons	=	__オンス ounces

覚えておくべき重要事項: Important things to remember:

- 粉ミルクを決して電子レンジで温めないでください。その代わりに、調乳した粉ミルクが入った哺乳びんの上からお湯をかけるか、またはお湯の入っている容器の中に哺乳びんを入れて温めてください。

Never use a microwave to heat the formula. Instead, heat the mixed formula in a bottle by running warm water over the bottle or by placing the bottle in a container of warm water.

- 授乳後2時間経ったら、哺乳びんの中に残っている粉ミルクは捨ててください。次の授乳には使わないでください。

Throw away any formula left in the bottle within 2 hours after a feeding. Do not use for next feeding.

この用紙に載っているレシピや情報に関してのご質問や心配事項は、以下にお問い合わせください:

Questions or concerns about the recipe/information on this sheet, contact:

名前: _____ 電話番号: _____

Name: _____ Phone: _____

免責条項: この資料には該当する健康状態や疾患の典型的なケースを想定しミシガン大学ヘルスが編集した情報や教材が含まれています。資料の中にはミシガン大学ヘルス外で作成されたオンラインサイトのリンクが掲載されている場合がありますが、そのようなサイトの内容に関しミシガン大学ヘルスは一切責任を負いません。この資料の内容は主治医からの医学的アドバイスに代わるものではありません。なぜならあなたが経験されることが典型的な患者の経験と異なる場合があるからです。この資料の内容、ご自分の状態、治療計画に関し質問がある場合は担当の医療従事者にお問い合わせ下さい。

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by University of Michigan Health for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by U-M Health and for which U-M Health does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

翻訳: ミシガン・メディスン通訳サービス

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

[ミシガン大学ヘルス](#)による患者教育は、[クリエイティブ・コモンズ表示-非営利-継承 4.0 国際パブリック・ライセンス](#) を有しています。最終版 2023年07月10日

Patient Education by [University of Michigan Health](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 07/10/2023

This translation was made possible by Interpreter Services Translation Grant FY 24.



_____を__キロカロリー/

オンス分準備する方法

家庭にあるもので計量する場合

How to prepare __ kcal/oz for _____
Using household measurements (Japanese)

作り方 : Instructions:

1. 透明な液体用計量カップを使って記載されている量の水を計ります。
Measure out listed amount of water using a clear liquid measuring cup.
2. 記載されている粉ミルクの量を計量カップかスプーンを使って加えてください。
Add listed amount of formula using measuring cups/spoons.
3. よくかき混ぜてください。Stir well.
4. ミルクは密閉した容器で冷蔵庫に保管し、調乳後 2 4 時間以内に使用してください。
Store the formula in a tightly covered container in the refrigerator and use within 24 hours of mixing.

水の量 Amount of Water		粉ミルクの計量 (詰め込んで目盛りまで計量) Amount of Formula (packed and level measurements)		できたおおよそのオンスの量 Approximate Ounces Made
__オンス ounces	+	大さじ__ tablespoons + 小さじ__ teaspoons	=	__オンス ounces
__オンス ounces	+	__カップ cup + 大さじ__ tablespoons + 小さじ__ teaspoons	=	__オンス ounces
__オンス ounces	+	__カップ cup + 大さじ__ tablespoons + 小さじ__ teaspoons	=	__オンス ounces
__オンス ounces	+	__カップ cup + 大さじ__ tablespoons + 小さじ__ teaspoons	=	__オンス ounces

覚えておくべき重要事項: Important things to remember:

- 粉ミルクを決して電子レンジで温めないでください。その代わりに、調乳した粉ミルクが入った哺乳びんの上からお湯をかけるか、またはお湯の入っている容器の中に哺乳びんを入れて温めてください。

Never use a microwave to heat the formula. Instead, heat the mixed formula in a bottle by running warm water over the bottle or by placing the bottle in a container of warm water.

- 授乳後2時間経ったら、哺乳びんの中に残っている粉ミルクは捨ててください。次の授乳には使わないでください。

Throw away any formula left in the bottle within 2 hours after a feeding. Do not use for next feeding.

この用紙に載っているレシピや情報に関してのご質問や心配事項は、以下にお問い合わせください: Questions or concerns about the recipe/information on this sheet, contact:

名前: _____ 電話番号: _____

Name: _____ Phone: _____

免責条項: この資料には該当する健康状態や疾患の典型的なケースを想定しミシガン大学ヘルスが編集した情報や教材が含まれています。資料の中にはミシガン大学ヘルス外で作成されたオンラインサイトのリンクが掲載されている場合がありますが、そのようなサイトの内容に関しミシガン大学ヘルスは一切責任を負いません。この資料の内容は主治医からの医学的アドバイスに代わるものではありません。なぜならあなたが経験されることが典型的な患者の経験と異なる場合があるからです。この資料の内容、ご自分の状態、治療計画に関し質問がある場合は担当の医療従事者にお問合わせ下さい。

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by University of Michigan Health for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by U-M Health and for which U-M Health does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

翻訳: ミシガン・メディシン通訳サービス

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

[ミシガン大学ヘルス](#)による患者教育は、[クリエイティブ・コモンズ表示-非営利-継承4.0 国際パブリック・ライセンス](#)を有しています。最終版 2023年07月10日

Patient Education by [University of Michigan Health](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 07/10/2023

This translation was made possible by Interpreter Services Translation Grant FY 24.



を使用して母乳の栄養を強化する方法

How to fortify breast milk

using _____ (Japanese)

作り方 : Instructions:

1. 透明な液体用計量カップを使って記載されている量の母乳を計ります。
Measure out listed amount of breast milk using a clear liquid measuring cup.
2. 記載されている粉ミルクの量を計量スプーンを使って加えてください。
Add listed amount of formula using measuring spoons.
3. よくかき混ぜてください。 Mix well
4. ミルクは密閉した容器で冷蔵庫に保管し、調乳後 2 4 時間以内に使用してください。
Store the breast milk in a tightly covered container in the refrigerator and use within 24 hours of mixing.

1 オンスあたりのカロリー Calories per Ounce	母乳の量 Amount of Breast Milk		粉ミルクの量 (詰め込まずに目盛りまで計量) Amount of Formula (unpacked and level measurements)
□ 22	4 オンス ounces	+	大さじ__tablespoons+小さじ__teaspoons
□ 24	4 オンス ounces	+	大さじ__tablespoons+小さじ__teaspoons
□ 26	4 オンス ounces	+	大さじ__tablespoons+小さじ__teaspoons
□ 28	4 オンス ounces	+	大さじ__tablespoons+小さじ__teaspoons
□ 30	4 オンス ounces	+	大さじ__tablespoons+小さじ__teaspoons

覚えておくべき重要事項: Important things to remember:

- 粉ミルクを決して電子レンジで温めないでください。その代わりに、調乳した母乳が入った哺乳びんの上からお湯をかけるか、またはお湯の入っている容器の中に哺乳びんを入れて温めてください。

Never use a microwave to heat the formula. Instead, heat the mixed formula in a bottle by running warm water over the bottle or by placing the bottle in a container of warm water.

- 授乳後2時間経ったら、哺乳びんの中に残っている母乳は捨ててください。次の授乳には使わないでください。

Throw away any formula left in the bottle within 2 hours after a feeding. Do not use for next feeding.

この用紙に載っているレシピや情報に関してのご質問や心配事項は、以下にお問い合わせください：

Questions or concerns about the recipe/information on this sheet, contact:

名前： _____ 電話番号： _____

Name: _____ Phone: _____

免責条項: この資料には該当する健康状態や疾患の典型的なケースを想定しミシガン大学ヘルスが編集した情報や教材が含まれています。資料の中にはミシガン大学ヘルス外で作成されたオンラインサイトのリンクが掲載されている場合がありますが、そのようなサイトの内容に関しミシガン大学ヘルスは一切責任を負いません。この資料の内容は主治医からの医学的アドバイスに代わるものではありません。なぜならあなたが経験されることが典型的な患者の経験と異なる場合があるからです。この資料の内容、ご自分の状態、治療計画に関し質問がある場合は担当の医療従事者にお問い合わせ下さい。

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by University of Michigan Health for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by U-M Health and for which U-M Health does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

翻訳: ミシガン・メディスン通訳サービス

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

[ミシガン大学ヘルス](#)による患者教育は、[クリエイティブ・コモンズ表示-非営利-継承 4.0 国際パブリック・ライセンス](#) を有しています。最終版 2023 年 07 月 10 日

Patient Education by [University of Michigan Health](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 07/10/2023

This translation was made possible by Interpreter Services Translation Grant FY 24.

を使用して母乳の栄養を強化する方法

How to fortify breast milk

using _____ (Japanese)

作り方 : Instructions:

1. 透明な液体用計量カップを使って記載されている量の母乳を計ります。
 Measure out listed amount of breast milk using a clear liquid measuring cup.
2. 記載されている粉ミルクの量を計量スプーンを使って加えてください。
 Add listed amount of formula using measuring spoons.
3. よくかき混ぜてください。 Mix well
4. ミルクは密閉した容器で冷蔵庫に保管し、調乳後 2 4 時間以内に使用してください。
 Store the breast milk in a tightly covered container in the refrigerator and use within 24 hours of mixing.

1 オンスあたりのカロリー Calories per Ounce	母乳の量 Amount of Breast Milk		粉ミルクの計量 (詰め込んで目盛りまで計量) Amount of Formula (packed and level measurements)
□ 22	4 オンス ounces	+	大さじ__tablespoons+小さじ__teaspoons
□ 24	4 オンス ounces	+	大さじ__tablespoons+小さじ__teaspoons
□ 26	4 オンス ounces	+	大さじ__tablespoons+小さじ__teaspoons
□ 28	4 オンス ounces	+	大さじ__tablespoons+小さじ__teaspoons
□ 30	4 オンス ounces	+	大さじ__tablespoons+小さじ__teaspoons

覚えておくべき重要事項: Important things to remember:

- 粉ミルクを決して電子レンジで温めないでください。その代わりに、調乳した母乳が入った哺乳びんの上からお湯をかけるか、またはお湯の入っている容器の中に哺乳びんを入れて温めてください。

Never use a microwave to heat the formula. Instead, heat the mixed formula in a bottle by running warm water over the bottle or by placing the bottle in a container of warm water.

- 授乳後2時間経ったら、哺乳びんの中に残っている母乳は捨ててください。次の授乳には使わないでください。

Throw away any formula left in the bottle within 2 hours after a feeding. Do not use for next feeding.

この用紙に載っているレシピや情報に関してのご質問や心配事項は、以下にお問い合わせください：

Questions or concerns about the recipe/information on this sheet, contact:

名前： _____ 電話番号： _____

Name: _____ Phone: _____

免責条項: この資料には該当する健康状態や疾患の典型的なケースを想定しミシガン大学ヘルスが編集した情報や教材が含まれています。資料の中にはミシガン大学ヘルス外で作成されたオンラインサイトのリンクが掲載されている場合がありますが、そのようなサイトの内容に関しミシガン大学ヘルスは一切責任を負いません。この資料の内容は主治医からの医学的アドバイスに代わるものではありません。なぜならあなたが経験されることが典型的な患者の経験と異なる場合があるからです。この資料の内容、ご自分の状態、治療計画に関し質問がある場合は担当の医療従事者にお問い合わせ下さい。

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by University of Michigan Health for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by U-M Health and for which U-M Health does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

翻訳: ミシガン・メディスン通訳サービス

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

[ミシガン大学ヘルス](#)による患者教育は、[クリエイティブ・コモンズ表示-非営利-継承4.0国際パブリック・ライセンス](#)を有しています。最終版 2023年07月10日

Patient Education by [University of Michigan Health](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 07/10/2023

This translation was made possible by Interpreter Services Translation Grant FY 24.