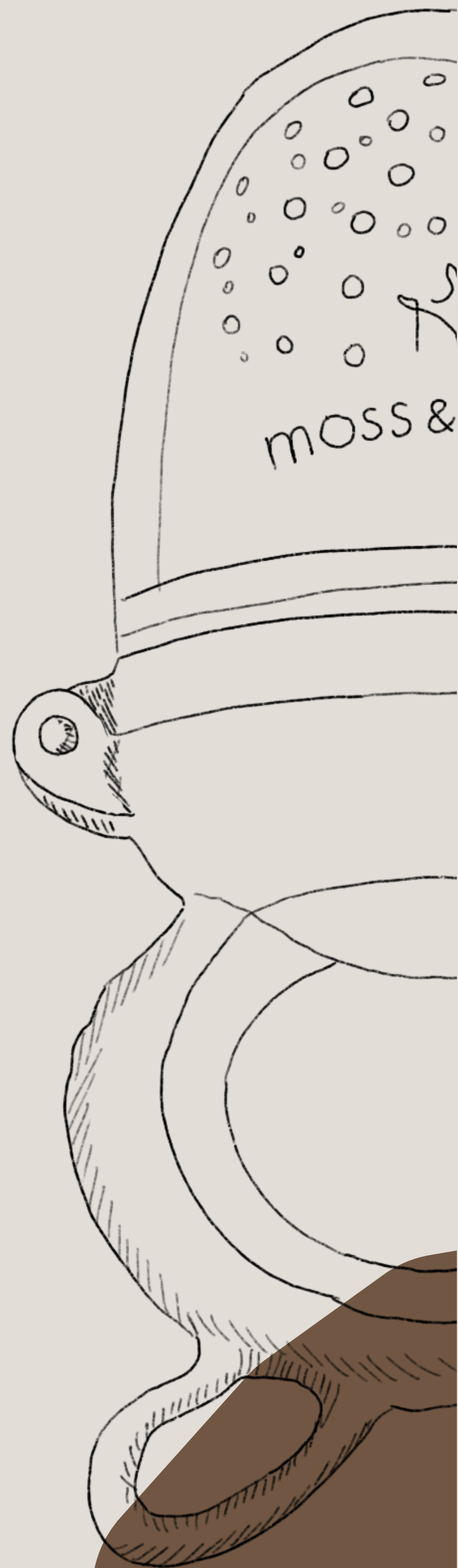
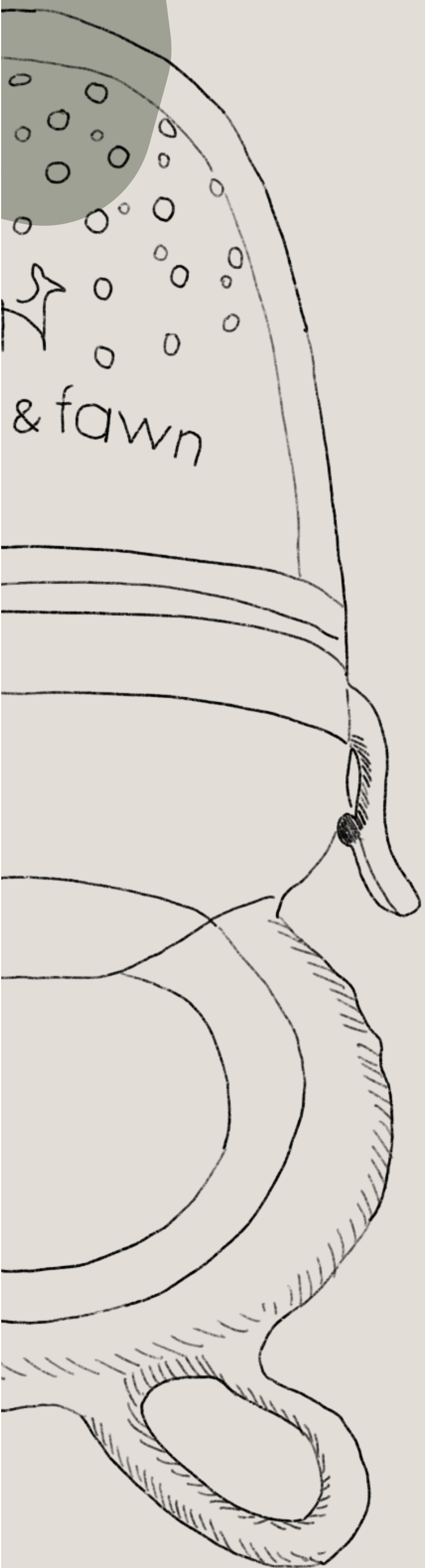




moss & fawn

과즙망

과즙망 사용 팁



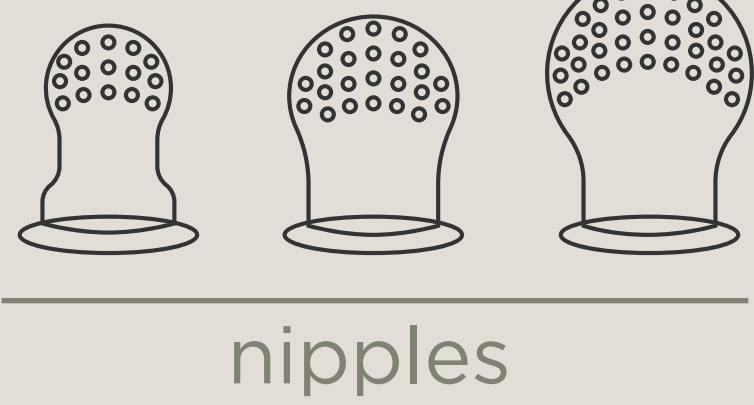


☆
moss & fawn

과즙망

사용 방법

아기에게 맞는 꼭지를 선택하여 과즙망 손잡이에 끼우세요. 과즙망을 사용하기 전에 세제로 세척하고 따뜻한 물로 헹구는 것 잊지 마세요. 그리고 나서 꼭지에 음식을 담고 과즙망을 딱소리가 나도록 잠그세요. 뚜껑을 씌워 휴대용 간식으로 챙길 수도 있습니다.



관리

각각의 구성품을 세제와 따뜻한 물로 손세척하기를 권장합니다. 과즙망을 끓는 물에 넣거나 전자레인지에 돌리지 마세요.

주의사항

과즙망이 딱 소리가 나면서 잠겼는지 확인하고 사용하세요. 꼭지에 음식을 너무 많이 담으면 꼭지가 튀어 나와 질식 위험이 있으니 주의하세요. 반드시 보호자의 관찰 아래 사용하세요. 4개월 이상 아기에게 적합합니다. 특정 음식은 꼭지를 변색시킬 수 있습니다.



moss & fawn

과즙망

아기의 부모님과 아기를 돌보는 분들께 드리는 과즙망 사용 팁

매일매일 우리 사랑하는 아기는 새롭고 활력이 돋게 하는 무언가를 선물하지요... 첫 미소, 첫 웃음소리, 그리고 첫 맛보기와 같은 것들을 말이죠! 아기에게도 부모에게도 너무나 설레이는 첫 이유식 시작. MOSS & Fawn 과즙망은 아기가 안전하게 이유식을 시작할 수 있도록 도와드리며, 이 책자는 과즙망을 사용하는 간단한 팁과 기술, 그리고 이유식 시작에 관한 아이디어를 제공하고자 제작되었습니다.

과즙망은 이왕이하는 아기에게도 딱이랍니다! 이 책자를 통해 이유식 시작에 필요한 유용한 정보와 이왕이하는 아기를 위한 다양한 아이디어를 얻으시길 바랍니다.

MOSS & Fawn





moss & fawn

과잠망



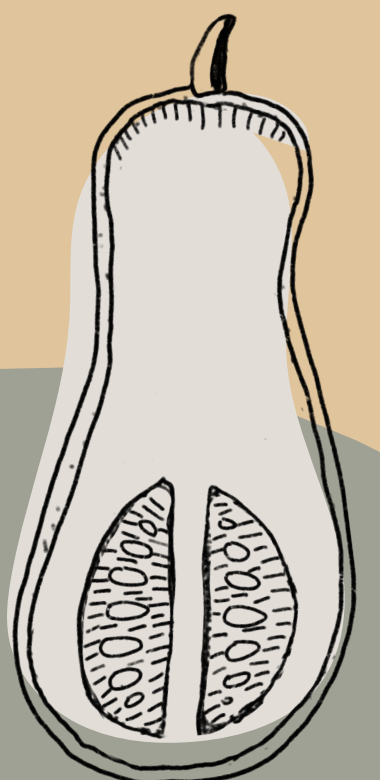
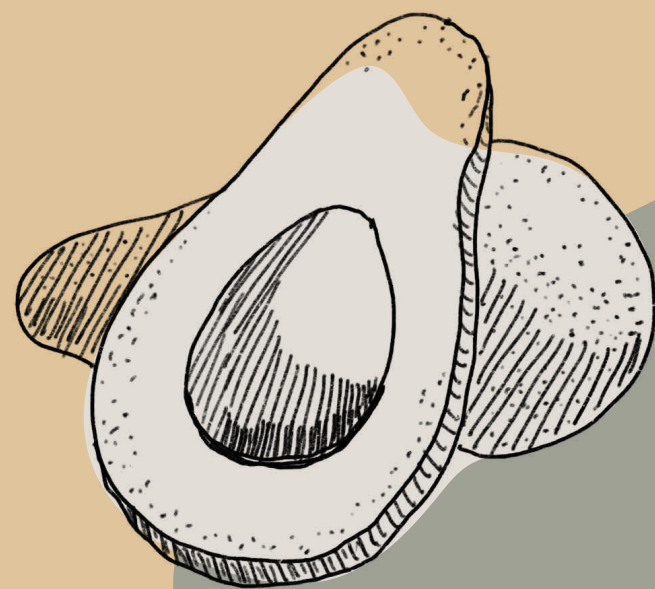
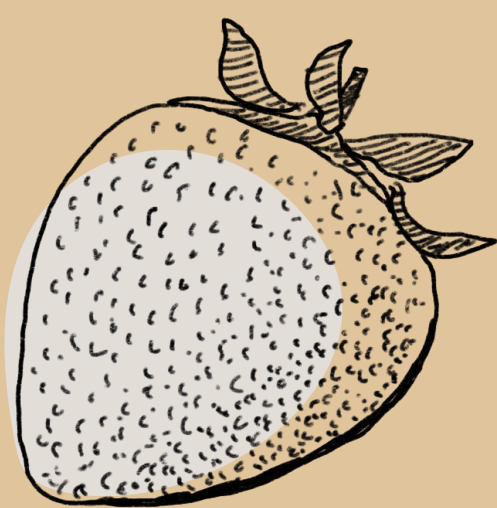
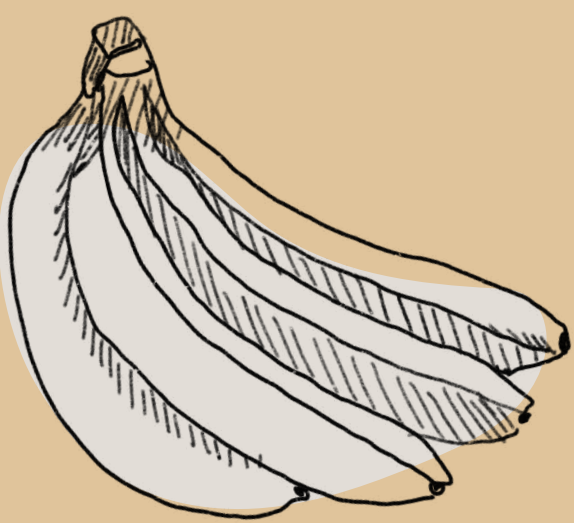


moss & fawn

과즙망

과즙망이 무엇인가요?

첫 이유식 시작은 정말 큰 일이자, 설레이는 시작이죠!
아기 발달 과정에서 매우 중요한 부분이기도 하고,
이유식이 여기저기 잔뜩 묻은 아기의 손과 얼굴은 너무
귀엽기도 하지요. 아기가 평생 가지고 갈 건강한
식습관의 기초를 세워주는 과정이기에도 더욱
중요합니다. 아기에게 이유식은 신나는 모험이기도
하지만 두려운 경험이기도 해요. 어떤 아기들은
의욕에 불타 자기가 다 씹을 수 없을만큼 입에 넣고는
어떻게 삼켜야 할지 모르기도 합니다. 이런 아기들을
위해 MOSS & Fawn 과즙망이 탄생했습니다!
과즙망에 있는 작은 구멍으로 음식을 조금씩 맛볼 수
있어 걱정없이 이유식을 시작할 수 있습니다.





moss & fawn

과즙망

어떻게 과즙망을
사용하나요?

아기가 이유식을 시작하기에 앞서 MOSS & Fawn 과즙망으로 아이를 준비시켜 보세요! 유축해서 냉동해둔 모유나 분유를 과즙망에 담아 아기가 이빨이를 하거나 간식이 필요할 때 아기가 먹으면서 놀수 있도록 줄 수 있습니다. 적어도 1년은 모유나 분유가 아기에게는 가장 중요한 음식이기 때문에 이렇게 과즙망을 사용하면 우유의 영양분을 계속 공급할 수 있습니다. 냉동모유나 분유를 사용하는 더 자세한 팁은 6쪽을 참조하세요.

더이상 모유나 분유만으로 영양이 충분하지 않다고 생각이 될 때 이유식을 시작하시면 됩니다. 과즙망을 사용하면 아기가 조금씩 새로운 맛을 경험할 수 있기 때문에 한꺼번에 너무 많이 삼키게 되지 않을까 걱정하실 필요가 없습니다. 꼭지에 맛보게 하고 싶은 음식을 채워 넣고 딱소리나게 잠그시기만 하면 됩니다. 질식 위험이 있을 수 있으니 반드시 보호자의 관찰 아래 사용하세요. 아기가 안전하게 과즙망을 사용하는 방법은 7-10쪽을 참조하세요.



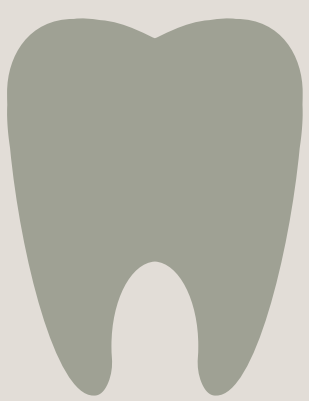
moss & fawn

과즙망

언제 이유식을 시작해야 하나요?



아기를 돌보는 부모인 여러분만이 언제 이유식을 시작하는지 결정하실 수 있습니다. 이 책자는 그저 여러가지 팁과 아이디어를 제공할 뿐입니다. 언제 밥을 먹여도 되는지, 언제 이유식을 시작해야 하는지에 대한 부모님들의 생각이 모두 다릅니다. 부모와 아기가 모두 준비되었을 때 시작하시는게 가장 좋습니다. 아기에게 일어나는 다음과 같은 변화들을 유심히 살펴보세요.



이가 나는지 확인하세요! 침을 흘리거나, 잇몸이 부었거나, 아파하거나, 칭얼거리면 이빨이름 하는 것입니다. 곧 치아가 나오는 걸 보실 수 있을 거예요.



아기의 발달정도를 보고 이유식을 언제 시작해야 하는지 결정할 수 있습니다. 이유식을 시작하기 위해서는 아기가 받쳐주면 똑바로 앉을 수 있고 목을 가눌 수 있어야 합니다. 음식에 관심을 보이는 것도 중요합니다. 이 책자는 부모와 아기가 단계별로 안전하게 시작할 수 있도록 도와드리는 팁을 제공합니다.

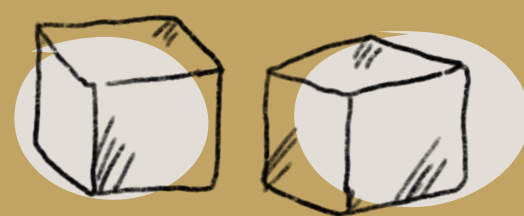
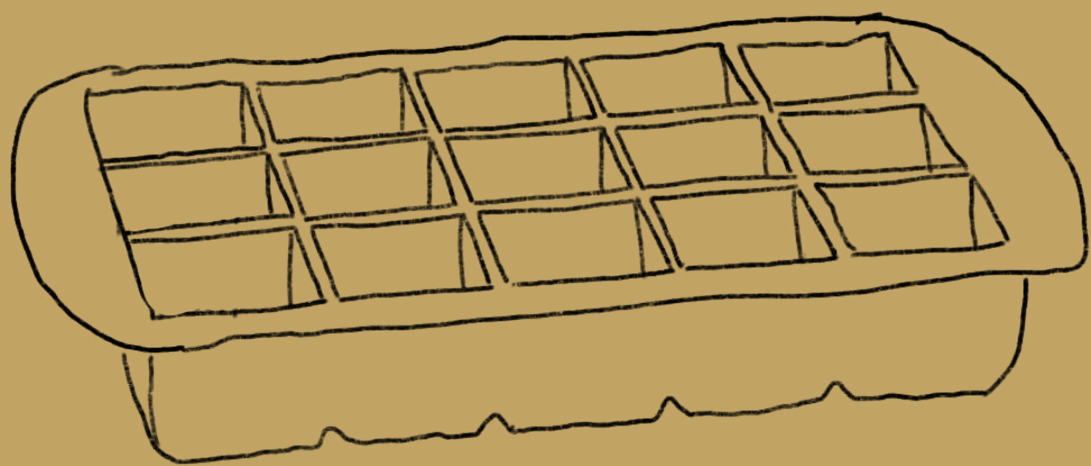


moss & fawn

과즙망

과즙망에 냉동모유나 분유를 어떻게 활용하나요?

유축한 모유나 분유를 얼음틀에 넣고 냉동하세요.
냉동시킨 모유나 분유를 푸드그레이드 실리콘 꼭지에
담으세요. 그리고 과즙망을 딱소리가 나도록 잠근 후
아기에게 주면 됩니다. 아기가 모유나 분유를
맛있게 먹으면서 이빨이때문에 힘든 것도 줄어들게
될거예요.





과즙망

안전하게 이유식을 시작하는 방법 - 쉽게 시작하세요!

아기가 이유식을 시작할 준비가 되었다고 판단이 되셨다면, 쉽게 시작하세요. 한가지 재료로 시작하고 설탕이나 소금은 넣지 않아요. 꿀은 보툴리눔독소증을 일으킬 수 있으니 만 1세 이전의 아기에게는 먹여서는 안됩니다. 빵이나 다른 음식에도 포함되어서는 안됩니다. 새로운 음식을 시도할 때는 한번에 하나씩 아기의 상태를 지켜보면서 3일에서 5일 간격으로 주세요. 예를 들어, 바나나와 살구를 섞어 주었는데 아기가 이상반응을 보였다면 이것이 바나나 때문인지 살구 때문인지 알기 어렵게 되지요.

이상징후의 종류:

설사, 발진, 염증, 호흡곤란, 배에 가스가 차는 현상, 구토

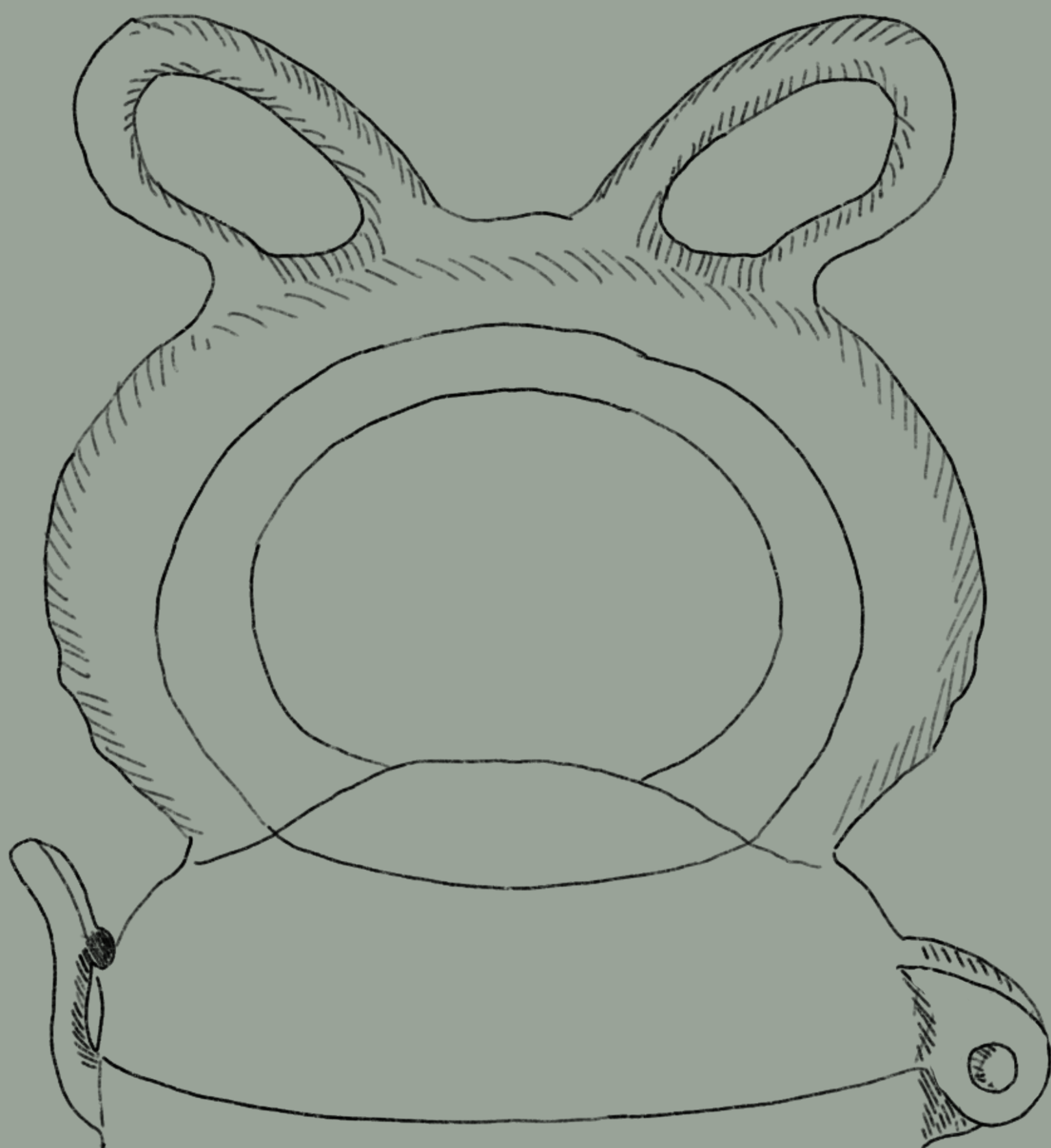


moss & fawn

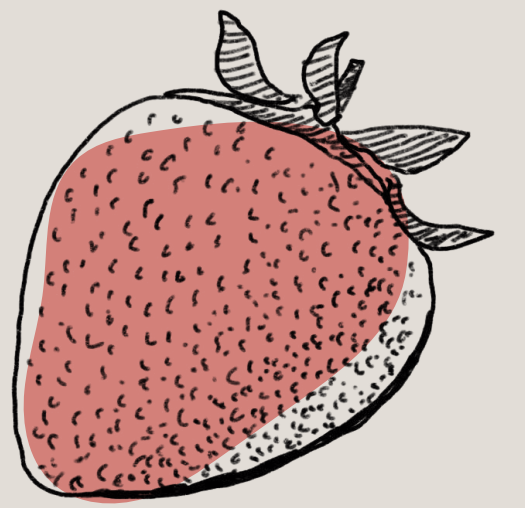
과즙망

안전하게 이유식을 시작하는 방법 - 쉽게 시작하세요!

아이의 발달정도 역시 이유식을 시작할 때
참조해야 합니다. 이유식을 시작하기 위해서는
아기가 받쳐주면 똑바로 앉을 수 있고 목을 가눌
수 있어야 합니다. 음식에 관심을 보이는 것도
중요합니다. 그리고 이유식을 시작하고 첫 달동안
아이가 하루에 몇 숟갈밖에 먹지 않아도
모유나 분유를 충분히 먹고 있다면 괜찮습니다.
아기가 건강하고 행복할 때가 이유식을
시작하기 가장 좋은 시기입니다!



☆
moss & fawn

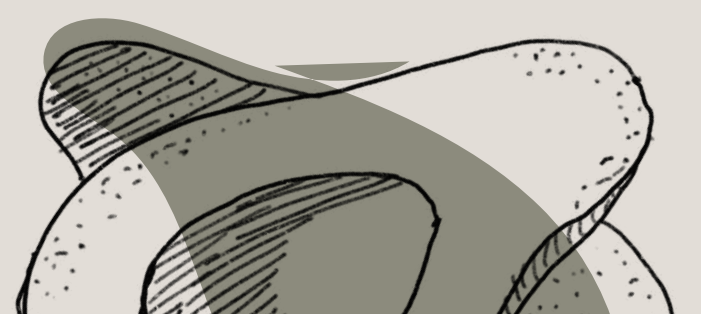
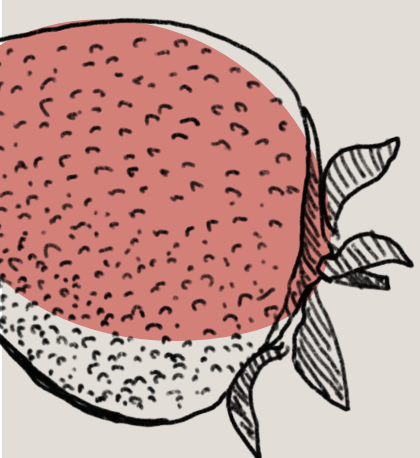


과즙망

과즙망을 무엇으로 채우면 좋은지 이야기해 보아요!

천연 재료라면 어떤 것이든 좋습니다! 과일이나 채소를 잘게 썰어서 딱소리 날때까지 달아주세요. 아기가 이빨이를 하거나 날이 더워 찬 음식을 주고 싶다면 얼린 과일이나 채소를 넣으셔도 좋습니다. 홈메이드 냉동 푸레 역시 간단하고 맛있는 간식이죠.

철분부족은 아기들에게 나타나는 가장 흔한 영양부족 증상입니다. 아기가 충분히 철분을 섭취할 수 있도록 모유나 분유를 과일이나 야채 푸레에 섞어 먹여보세요. 버터넛스쿠시 푸레나 으깬 바나나에 모유나 분유를 섞어도 좋습니다. 모유나 분유를 이유식에 섞어 먹이면 맛도 있고 아기가 이유식단계로 쉽게 넘어갈 수 있습니다. 모유나 분유를 푸레에 섞어 실온으로 주어도 좋고, 얼려서 줘도 좋아요! 이유식을 시작하더라도 일년 동안은 꾸준히 모유나 분유를 먹이는 것은 매우 중요합니다.



개월수에 맞는 이유식:

	과일	《익힌》 채소	단백질	유제품
<p>4-6 개월</p> <p>한가지 재료만 먹이세요! 알러지 반응이 없는지 확인하려면 한가지씩 시도하는게 안전합니다.</p>	아보카도 사과 바나나 배	단호박 버터너트스쿼시 《땅콩호박》 고구마 완두콩	해당사항 없음	냉동 모유나 분유
<p>6-8 개월</p> <p>먹어 본 음식들을 이제 섞어서 주세요!</p>	살구 천도 복숭아 복숭아 자두 아보카도	당근 애호박 파스닙 렌틸콩 비트 늘은 호박 깍지콩	닭고기 칠면조 두부 양고기	--

개월수에 맞는 이유식:

과일

《익힌》 채소

단백질

유제품

8-10개월

블루베리

아티초크

달걀

요거트

멜론

아스파라거스

소고기

코티지 치즈

체리

브로콜리

크랜베리

컬리플라워

데이츠

가지

무화과

펜넬

포도

시금치

키위

버섯

파파야

파프리카

감

+10개월

여러분만의 창의적인 이유식을 만들어 @mossandfawn
인스타그램에 올려주세요.


moss & fawn

과즙망

아기가 이유식을 시작하는 정말 중요한
순간에 MOSS & FAWN을 찾아주셔서
진심으로 감사드립니다! 과즙망은 아이의
발달 과정에서 중요한 단계인 이유식 시작을
돕기 위해 책자에 소개된 내용, 아니 그
이상의 여러가지 방법으로 사용될 수
있습니다! 여러분의 사랑하는 아기와 첫
이유식을 시작하며 즐거운 순간들을 함께 많이
만끽하시길 바랍니다.

