

Q.冬など寒い時期の水分補給は、どのくらいのペースで行ったらいいのでしょうか？

普段母乳を与えているので、それだけで大丈夫でしょうか？

A.保育園では主に、朝・散歩先・食事中（午前&午後）に水分補給をしています。涼しい時期でも乾燥していて風邪なども引きやすくなることから考えられます。1回の量は少なくとも良いので回数を意識してみてください。

