

새로 태어난 여러분의 아기의 양육이나 도움을 받을 수 있는  
 곳에 대해 의문이 있으면 거주지 관내 공중보건국 사무소의  
 ‘건강한 아기 건강한 어린이(Healthy Babies Healthy Children)’  
 프로그램에 문의하십시오.

**Algoma**

705-541-7101,  
 1-888-537-5741

**Brant County**

519-753-4937

**Chatham-Kent**

519-352-7270

**City of Hamilton**

905-546-3550

**Durham Region**

905-666-6241,  
 1-800-841-2729

**Eastern Ontario**

613-933-1375,  
 1-800-267-7120

**Elgin-St. Thomas**

519-631-9900

**Grey Bruce**

519-376-9420

**Haldimand-Norfolk**

519-426-6170,  
 905-318-6623

**Haliburton, Kawartha,**

**Pine Ridge District**

1-866-888-4577

**Halton Region**

905-825-6000,  
 1-866-442-5866

**Hastings & Prince Edward  
 Counties**

613-966-5500,  
 1-800-267-2803,  
 TTY 613-966-3036

**Huron County**

519-482-3416,  
 1-877-837-6143

**Kingston, Frontenac  
 and Lennox & Addington**

613-549-1154,  
 1-800-267-7875 ext 1555

**Lambton Public Health**

519-383-8331,  
 1-800-667-1839

**Leeds, Grenville and  
 Lanark**

613-345-5685,  
 1-800-660-5853

**Middlesex-London**

519-663-5317 ext 2280

**Niagara Region**

905-688-8248  
 1-888-505-6074 ext 7555

**North Bay Parry Sound  
 District**

705-474-1400,  
 1-800-563-2808

**Northwestern**

807-468-3147,  
 1-800-465-4377

**Ottawa**

613-580-6744,  
 TTY: 613-580-9656

**Oxford County**

519-539-9800, ext 3410  
 1-800-755-0394, ext 3410

**Peel Region**

905-799-7700

**Perth District**

519-271-7600

**Peterborough**

705-743-1000 ext 282

**Porcupine**

1-800-461-1818

**Region of Waterloo**

519-575-4400

**Renfrew County  
 and District**

613-735-8666,  
 1-800-267-1097 ext 666

**Simcoe Muskoka District**

705-721-7520,  
 1-877-721-7520

**Sudbury and District**

705-522-9200,  
 1-866-522-9200

**Thunder Bay District**

807-625-5900,  
 1-888-294-6630

**Timiskaming**

705-647-4305

**Toronto**

416-338-7600

**Wellington-Dufferin-  
 Guelph**

1-800-265-7293 ext 3616

**Windsor-Essex County**

519-258-2146,  
 1-800-265-5822

**York Region**

1-800-361-5653



# 새내기 부모를 위한 조언

최선의 유아기 양육

To order by phone: 1-800-668-9938 TTY: 1-800-268-7095

Or visit: [www.serviceontario.ca/publications](http://www.serviceontario.ca/publications)

Publication # 019379

Learn more: [www.ontario.ca/children](http://www.ontario.ca/children)

Ce document est également disponible en français.

Jan 2017 © Queen's Printer for Ontario

KOREAN

모든 아동은 가장 바람직한 방법으로 삶을 시작할 권리가 있습니다. 출생 전부터 만 6세까지의 유아기는 아동의 건강한 발달에 매우 중요합니다. 이 시기는 아동의 뇌와 신체가 급격하게 발달하는 시기입니다. 건강한 아기는 유년기, 청소년기 및 성인기에도 건강할 가능성이 큼니다.

여러분의 자녀의 삶에서 유아기는 매우 흥미진진한 시기입니다. 여러분의 아기는 여러분과 그 주변 세상에 대해 배웁니다.

여러분의 아기에게 여러분은 최고의 스승입니다. 여러분이 아기를 돌보고, 아기와 대화를 나누며 함께 노는 방식은 여러분의 자녀가 배우며 성장하는 과정에 영향을 끼칩니다.

여러분과 함께한 유아기의 경험은 여러분의 자녀에게 가장 유익한 것입니다. 다음은 여러분의 아기가 태어난 첫 해에 여러분이 아기와 함께 즐거운 시간을 보낼 수 있도록 돕기 위한 몇 가지 권장안입니다:

- 아기는 안아주는 것을 좋아합니다. 수시로 아기를 어루만지고 안아주십시오.
- 아기가 울면 달래주십시오.
- 배가 고플 때, 졸릴 때, 또는 여러분과 놀고 싶을 때 아기가 보내는 신호를 익히십시오.
- 모유는 처음 6개월간 아기에게 필요한 모든 영양분을 제공합니다. 수유는 아기와의 유대감을 느낄 수 있는 특별한 방법이 될 수 있습니다.
- 아기에게 부드럽고 다정한 목소리로 말하십시오.
- 아기에게 말을 하고 주변 사물에 대해 이야기해 주십시오. 여러분이 아기에게 말을 하고, 함께 놀고, 아기를 가르치고 사랑하는 방식은 아기의 성장과 학습에 도움이 됩니다.
- 아기가 안전하게 주변 사물을 익힐 수 있도록 해주십시오. 여러 가지 감촉, 색깔, 소리, 냄새 등을 경험하게 해주십시오.
- 여러분의 모국어로 된 것을 포함하여, 그림책을 보여주고 간단한 이야기를 읽어주십시오. 이때도 아기를 어루만지며 예뻐해줄 수 있는 기회입니다.
- 아기는 놀이를 통해 자연스럽게 배웁니다. 아기와 함께 재미있게 놀고, 놀이를 하고, 노래를 불러주고, 함께 음악을 연주하고 춤을 추십시오.
- 여러분 자신을 돌보는 것도 중요합니다! 여러분이 쉬 수 있도록, 믿는 친구나 가족에게 아기를 봐달라고 부탁하십시오.

거주지 관내 온타리오 유아센터(Ontario Early Years Centre)를 방문하면 유아를 키우는 다른 부모들을 만날 수 있습니다. 여러분과 여러분의 아기를 위한 여러 가지 육아 및 지역사회 프로그램에 대해 자세히 알아볼 수도 있습니다. 가까운 온타리오 유아센터를 찾아보려면 다음 웹사이트를 방문하십시오: [www.ontario.ca/earlyyears](http://www.ontario.ca/earlyyears).

## 온라인 및 지역사회 자원

Ministry of Children and Youth Services: [www.ontario.ca/earlychildhood](http://www.ontario.ca/earlychildhood)

- 자녀의 발달과 온타리오 주정부 프로그램 및 서비스에 대해 자세히 알아보십시오.

Ministry of Health and Long-Term Care: [www.ontario.ca/vaccines](http://www.ontario.ca/vaccines)

- 온타리오 주의 무료 예방접종 프로그램과 자녀를 위한 예방접종 계획에 대해 알아보십시오.

Ministry of Education: [www.ontario.ca/childcare](http://www.ontario.ca/childcare)

- 여러분이 직장에 복귀할 경우에는 탁아 서비스가 필요할 수 있습니다. 여러분의 필요에 가장 적합한 탁아 서비스를 여기 온라인 상에서 찾아보십시오.

Telehealth Ontario: 무료 전화 1-866-797-0000

- 연중무휴, 하루 24시간 공인간호사에 의해 비밀리에 무료로 제공되는 보건 조언, 모유 수유 지원 또는 일반 안내 서비스를 누구나 이용할 수 있습니다.

Ontario Early Years Centres: [www.ontario.ca/earlyyears](http://www.ontario.ca/earlyyears)

- 만 6세 이하 아동, 그 부모 및 보육자가 놀이, 공작, 음악 서클 등 각종 프로그램 및 활동을 즐길 수 있는 자유 출입 센터입니다.

Nipissing District Developmental Screen: [www.ndds.ca](http://www.ndds.ca)

- 자녀의 건강한 발달을 관찰하고 돕는 데 유용한, 만 6세 이하 자녀에 대한 발달 정보를 제공합니다.

Ontario 211: 전화: 211, 웹사이트: [www.211ontario.ca](http://www.211ontario.ca)

- 연중무휴, 하루 24시간 이용할 수 있는 각종 지역사회 서비스 및 사회 서비스 관련 정보를 제공하고 서비스와 연계해줍니다. 150여 개 언어로 전화 서비스를 제공합니다.

Canadian Paediatric Society:

[www.caringforkids.cps.ca](http://www.caringforkids.cps.ca)

- 캐나다의 소아과 의사들이 부모에게 유용한 정보를 제공합니다.

