

資料4	平成30年12月27日
	「授乳・離乳の支援ガイド」 改定に関する研究会 (堤委員御提出資料)

ベビーフードを活用する際の 留意点について

第2回「授乳・離乳の支援ガイド」改定に関する研究会資料
平成30年12月27日
相模女子大学栄養科学部健康栄養学科
堤 ちはる

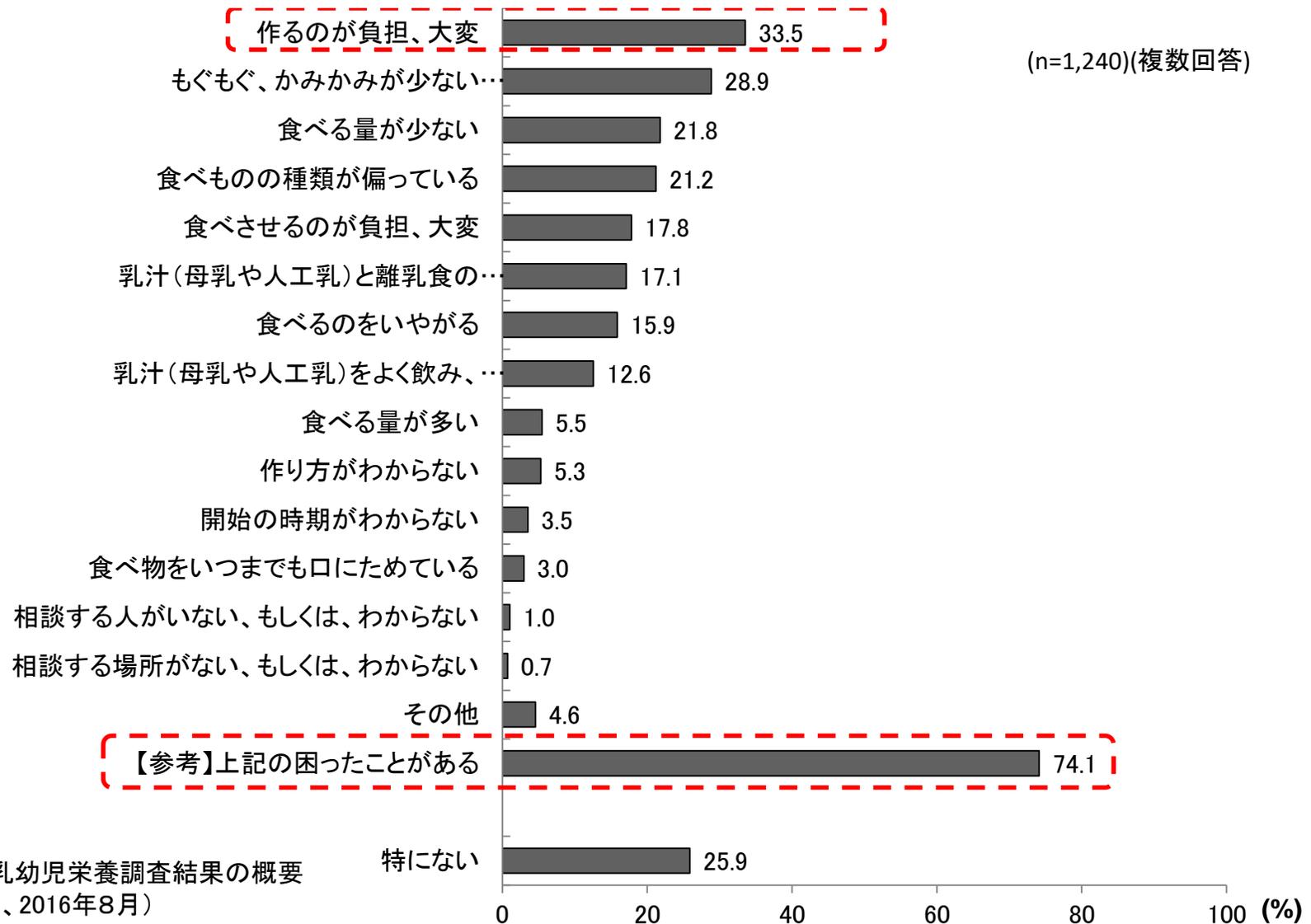
目次

- ・離乳に関する現状
- ・ベビーフードについて
- ・ベビーフードを活用する際の留意点
- ・まとめ

離乳に関する現状

離乳食について困ったこと

約75%の保護者は、離乳食について困ったことがあった。
保護者の3人に1人は、離乳食を「作るのが負担、大変」と回答。



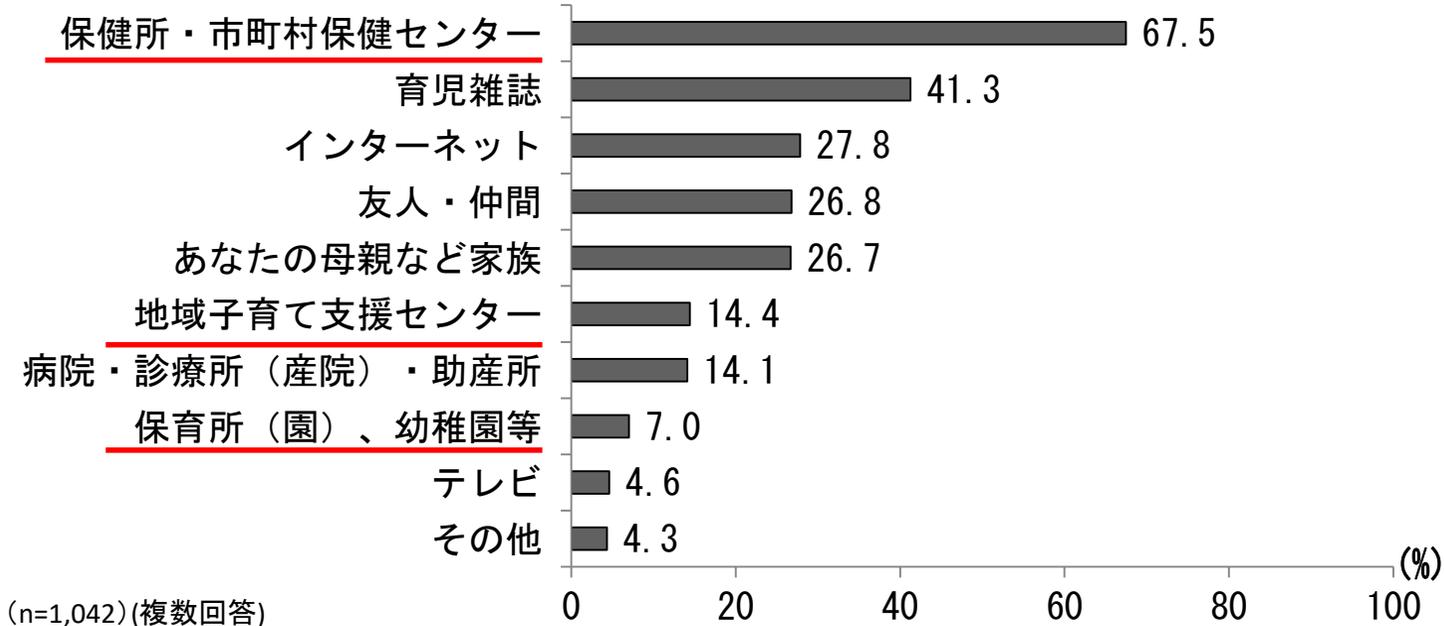
離乳食について学ぶ機会

離乳食の進め方について、学ぶ機会が「あった」と回答した者の割合は、約8割。
離乳食について学んだ場所(人)としては、「保健所・市町村保健センター」が最多。

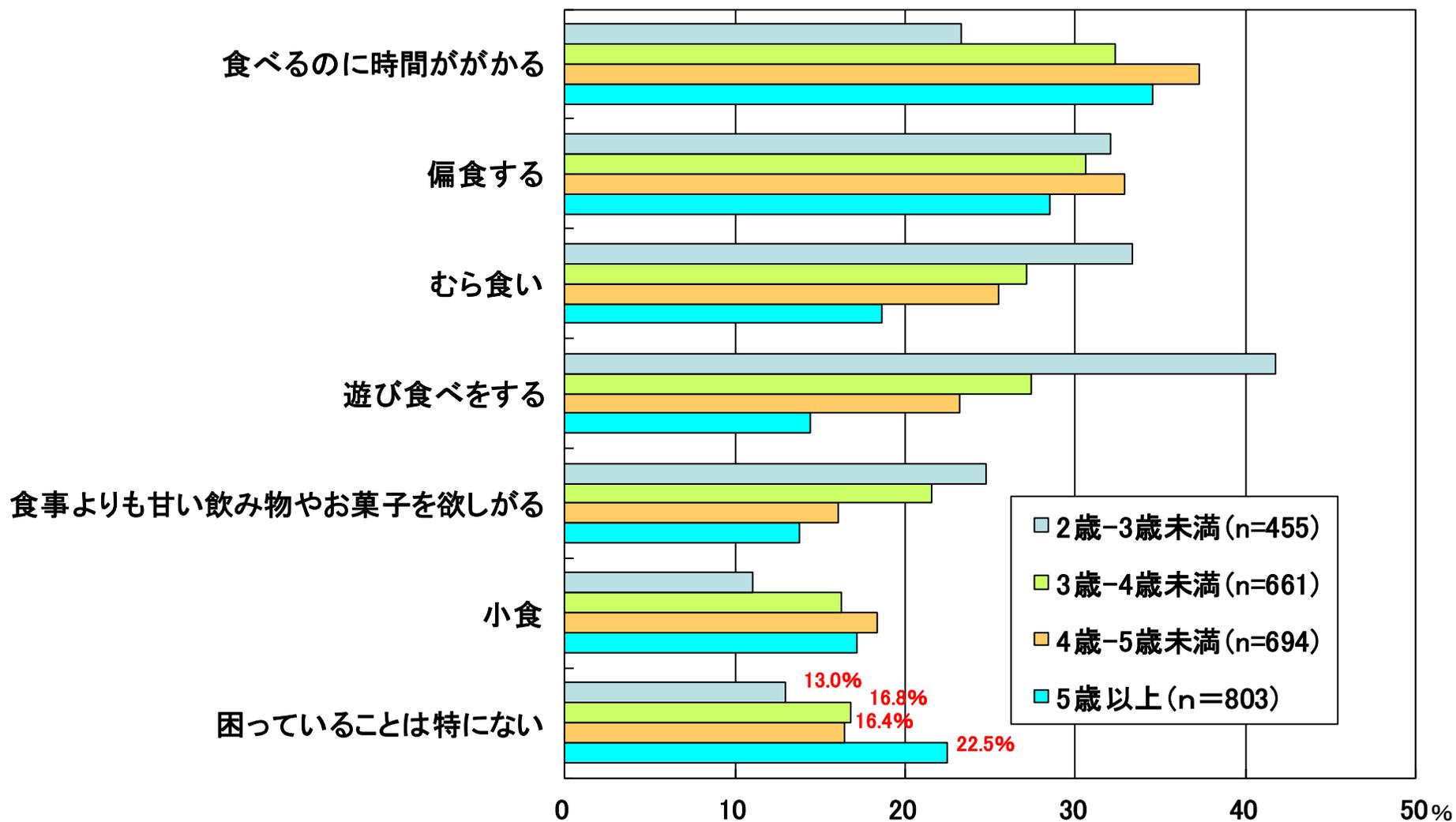
①離乳食の進め方について、学ぶ機会がありましたか。(n=1,248)



②どこで(誰から)学びましたか。

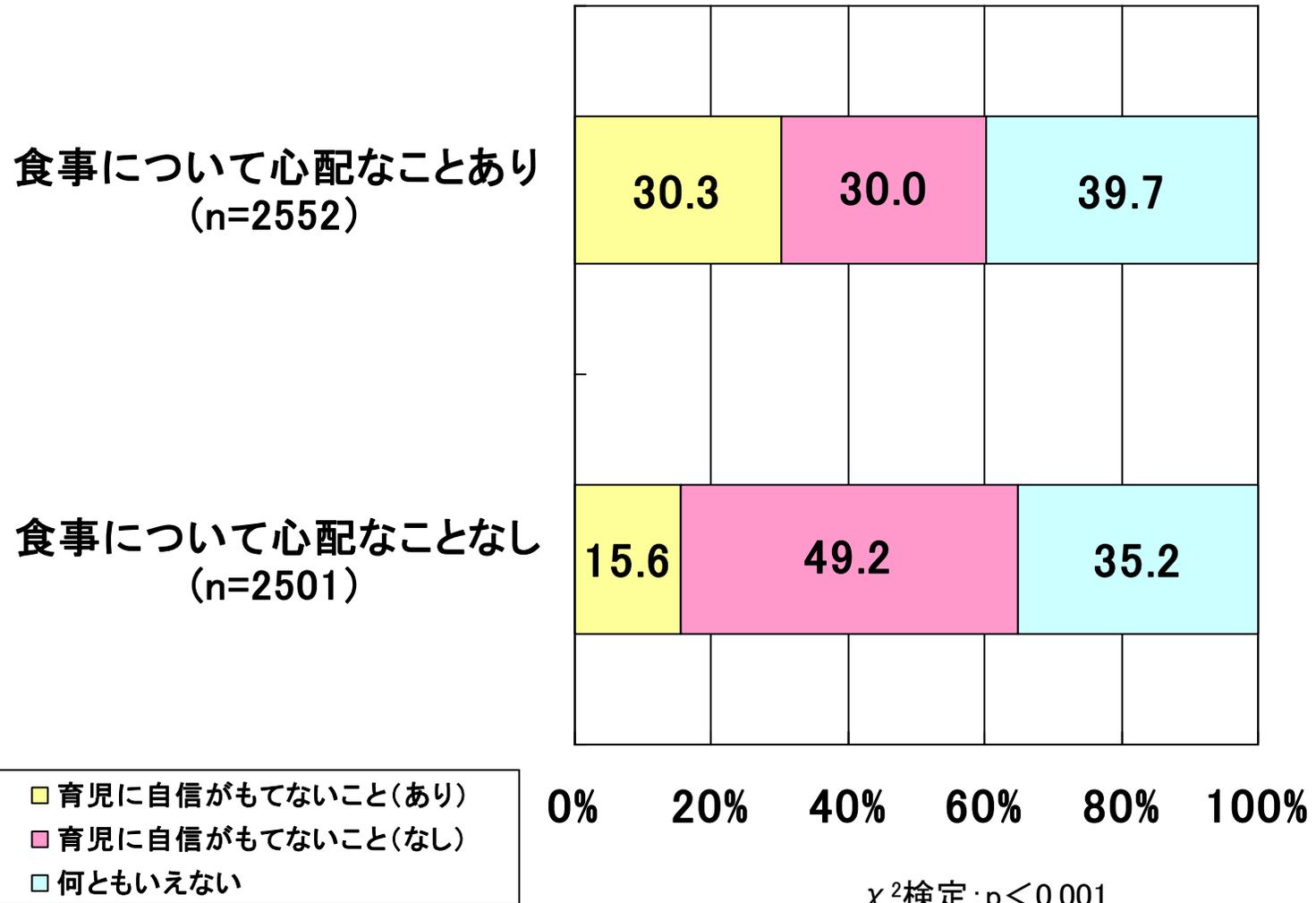


現在子どもの食事で困っていること(複数回答)



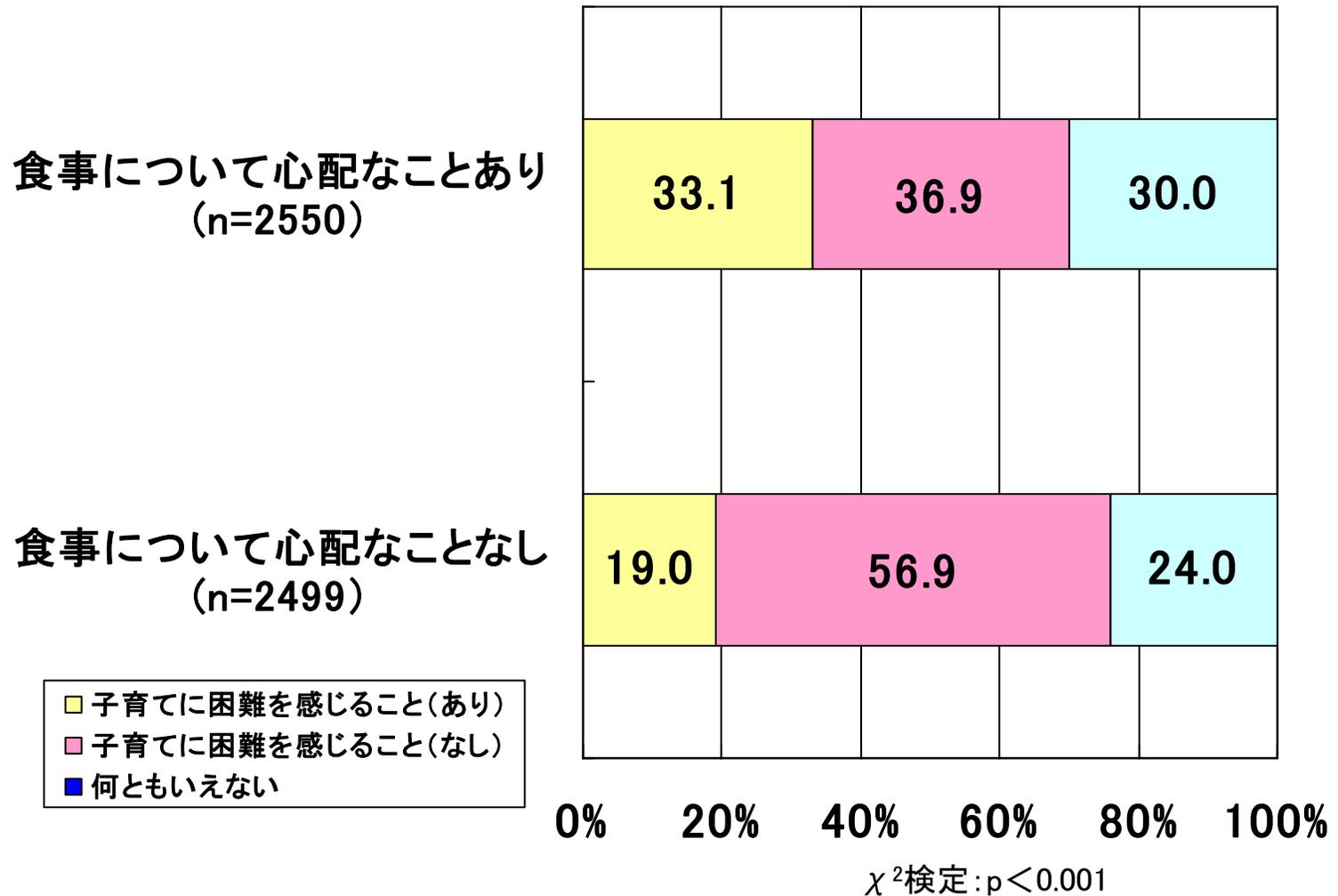
平成27年度乳幼児栄養調査結果の概要より一部抜粋、厚生労働省、2016年8月

食事の心配事と育児の自信の関係



幼児健康度に関する継続的比較研究、平成22年度厚生労働科学研究費補助金
成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業(平成23年3月)、研究代表者衛藤隆より作成

食事の心配事と子育ての困難感の関係



幼児健康度に関する継続的比較研究、平成22年度厚生労働科学研究費補助金
成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業(平成23年3月)、研究代表者衛藤隆より作成

ベビーフードについて

ベビーフードとは

ベビーフード協議会自主規格 第V版（一部抜粋）

平成29年1月 日本ベビーフード協議会

●定義

ベビーフードとは、乳児および幼児の発育に伴い、栄養補給を行なうとともに、順次一般食品に適応させることを目的として製造された食品をいう。

●種類

市販されているベビーフードは、大きく分けてウェットタイプとドライタイプのものがある。
<ウェットタイプ> レトルトパウチ、瓶またはその他容器に密封する前または後に殺菌したもので、そのままもしくは必要に応じ希釈・調理等をして摂取するものをいう。

<ドライタイプ> 噴霧乾燥、真空凍結乾燥等により乾燥したもので、必要に応じ水またはその他のものによって還元調製するもの、もしくは調味等の目的で米飯等とともに摂食する粉末状、顆粒状、フレーク状、固形状などのものをいう。

●ナトリウム含有量への制限

12か月までの商品:200mg/100g以下(塩分約0.5%以下)

12か月以降の商品:300mg/100g以下(塩分約0.7%以下)

●かたさ、物性の配慮

●食品添加物

食品添加物の使用は、必要不可欠な場合に限り、最小限の使用に止める。

また、使用できる添加物も限定

●衛生管理等

微生物・重金属(ヒ素、鉛、水銀など)・残留農薬・外因性内分泌かく乱化学物質(環境ホルモン)などに基準値を設け管理

●遺伝子組み換え食品

法律で表示義務のある遺伝子組み換え食品は不使用。(表示義務のない遺伝子組み換え作物から作られる食品についても極力使用を避ける)

●必要な表示事項

義務表示:名称または品名、原材料名、添加物名、アレルギー(食品表示基準)、内容量、賞味期限、
保存方法、栄養成分表示 等

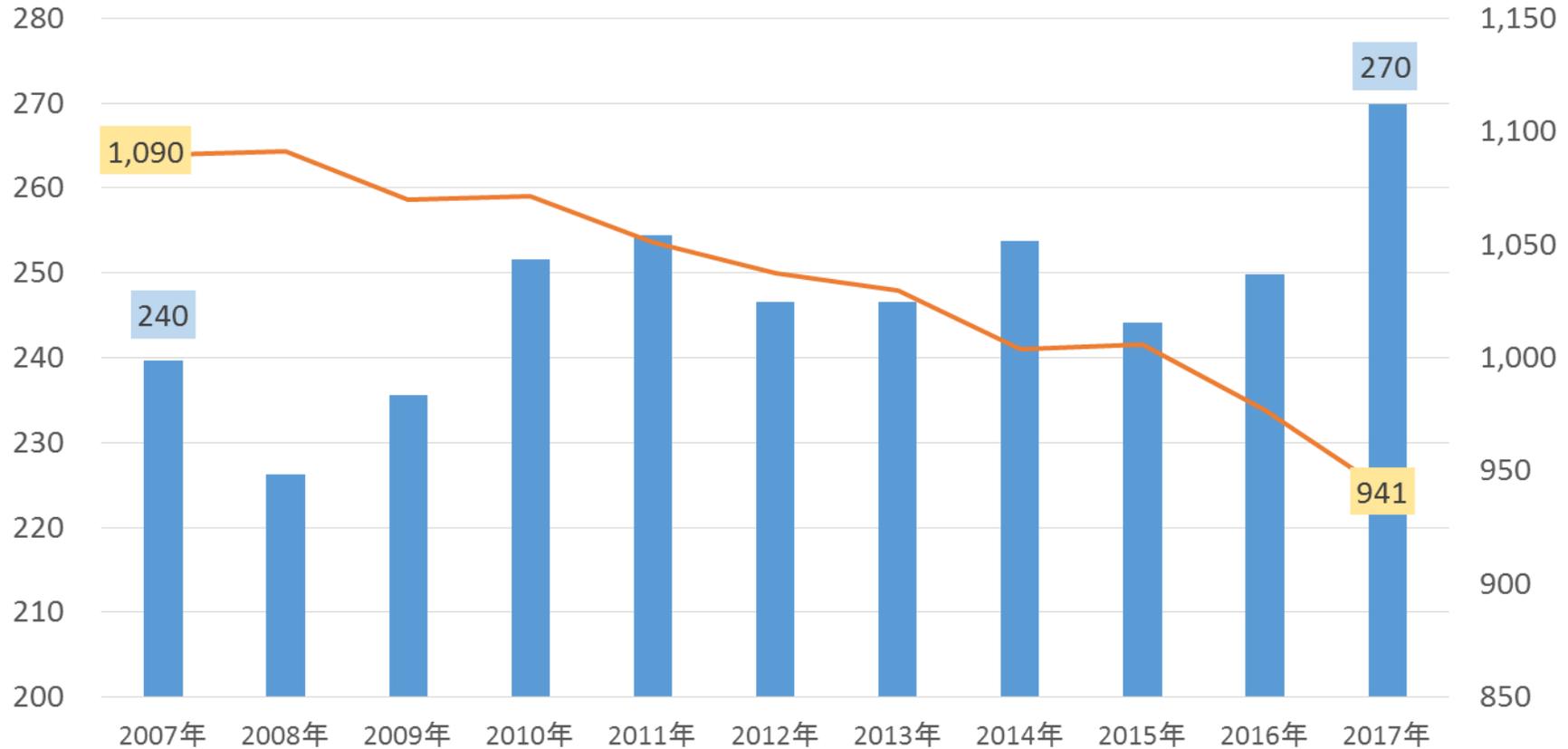
その他の表示:使用方法及び使用上の注意、一回分の目安量、対象時期 等

ベビーフード市場と出生数の推移

ベビーフード市場
単位: 億円

■ ベビーフード金額 — 出生数

出生数
単位: 千人



2007年利用額
約22,000円／人

2017年利用額
約28,700円／人

ベビーフード市場金額: 日本ベビーフード協議会 生産統計
出生数: 厚生労働省平成29年(2017)人口動態統計の年間推計

ベビーフードの利点と問題点

利点

- ① 単品で用いる他に、手作りの離乳食と併用すると食品数、調理形態も豊かになる。
- ② 月齢に合わせて粘度、固さ、粒の大きさなどが調整させているので、離乳食を手作りする場合の見本となる。
- ③ 製品の外箱等に離乳食メニューが提案されているものもあり、離乳食の取り合わせの参考になる。

問題点

- ① 多種類の食材を使用した製品は、それぞれの味や固さが体験しにくい。
- ② ベビーフードだけで1食を揃えた場合、栄養素などのバランスが取りにくい。
- ③ 製品によっては子どもの咀嚼機能に対して軟らかすぎることもある。

ベビーフードを利用するときの留意点

楠田班における検討の結果、赤字部分を加筆することを提言

◆子どもの月齢や固さのあったものを選び、与える前には一口食べて確認を。

子どもに与える前に一口食べてみて、味や固さを確認するとともに、温めて与える場合には熱すぎないように温度を確かめる。子どもの食べ方をみて、固さ等が適切かを確認。

◆離乳食を手づくりする際の参考に。

ベビーフードの食材の大きさ、固さ、とろみ、味付け等が、離乳食を手づくりする際の参考に。

◆用途にあわせて上手に選択を。

そのまま主食やおかずとして与えられるもの、調理しにくい素材を下ごしらえしたもの、家庭で準備した食材を味つけするための調味ソースなど、用途にあわせて種類も多様。外出や旅行のとき、時間のないとき、メニューを一品増やす、メニューに変化をつけるときなど、用途に応じて選択する。不足しがちな鉄分の補給源として、レバーなどを取り入れた製品の利用も可能。

◆料理名や原材料が偏らないように。

離乳食が進み、2回食になったら、ごはんやめん類などの「主食」、野菜を使った「副菜」と果物、たんぱく質性食品の入った「主菜」が揃う食事内容にする。料理名や原材料を確認して、穀類を主とした製品を使う場合には、野菜やたんぱく質性食品の入ったおかずや、果物を添えるなどの工夫を。

◆開封後の保存には注意して。食べ残しや作りおきは与えない。

乾燥品は、開封後の吸湿性が高いため使い切りタイプの小袋になっているものが多い。瓶詰やレトルト製品は、開封後はすぐに与える。与える前に別の器に移して冷凍又は冷蔵で保存することもできる。表示(注意事項)をよく読んで適切な使用を。衛生面の観点から、食べ残しや作りおきは与えない。

まとめ

- ・食事時間は、本来楽しいものである。
- ・離乳食作りが負担にならないければ、子育ての負担感、困難感は軽減され、食事時間が親子の楽しい時間になる可能性が高まる。
- ・ベビーフードについての正しい理解を、まずは支援者から。
- ・ベビーフード等の利用などで、食への負担感を減らしつつ、支援者は親子の適切な食生活への導入を。