

『授乳・離乳の支援ガイド』 改訂について



令和3年度奈良市特定給食施設等研修会 奈良市健康医療部母子保健課



「授乳・離乳の支援ガイド」について

1. 背景

- 本ガイドについては、授乳及び離乳の望ましい支援の在り方について、妊産婦や子どもに関わる保健医療従事者を対象に、所属する施設や専門領域が異なっても、基本的事項を共有し一貫した支援を進めるために、平成19年3月に作成。
- 本ガイドの作成から約10年が経過するなかで、科学的知見の集積、育児環境や就業状況の変化、母子保健施策の充実等、 授乳及び離乳を取り巻く社会環境等の変化がみられたことから、有識者による研究会を開催し、本ガイドの内容の検証及び改定 を検討。

2. ガイドの基本的な考え方

- (1) 授乳及び離乳を通じた<u>育児支援</u> <u>の視点を重視。</u>親子の個別性を 尊重するとともに、近年ではイン ターネット等の様々な情報がある中 で、慣れない授乳及び離乳におい て生じる不安やトラブルに対し、母 親等の気持ちや感情を受けとめ、 寄り添いを重視した支援の促進。
- (2) 妊産婦や子どもに関わる<u>多機関、</u> 多職種の保健医療従事者**が授 乳及び離乳に関する基本的事項 を共有し、妊娠中から離乳の完了 に至るまで、支援内容が異なること のないよう一貫した支援を推進。
 - ※医療機関、助産所、保健センター等の医師、 助産師、保健師、管理栄養士等

3. 改定の主なポイント

(1) 授乳・離乳を取り巻く最新の科学的知見等を踏まえた適切な支援の充実

食物アレルギーの予防や母乳の利点等の乳幼児の栄養管理等に関する最新の知見を踏まえた支援の在り方や、新たに流通する乳児用液体ミルクに関する情報の記載。

(2) 授乳開始から授乳リズムの確立時期の支援内容の充実

母親の不安に寄り添いつつ、母子の個別性に応じた支援により、授乳リズムを確立できるよう、子育て世代包括支援センター等を活用した継続的な支援や情報提供の記載。

(3)食物アレルギー予防に関する支援の充実

従来のガイドでは参考として記載していたものを、近年の食物アレルギー児の増加や科学的知見等を踏まえ、アレルゲンとなりうる食品の適切な摂取時期の提示や、医師の診断に基づいた授乳及び離乳の支援について新たな項目として記載。

(4) 妊娠期からの授乳・離乳等に関する情報提供の在り方

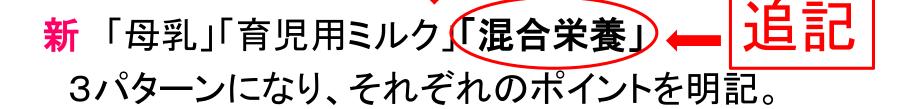
妊婦健康診査や両親学級、3~4か月健康診査等の母子保健事業等を活用し、 授乳方法や離乳開始時期等、妊娠から離乳完了までの各時期に必要な情報を記載。

目次

- ・授乳期の栄養方法
- 液体ミルクについて
- イオン飲料について
- ・離乳食の進め方
- 食物アレルギーの対応
- 鉄・ビタミンDの摂取について
- ・ベビーフードについて
- 乳児ボツリヌス症について

授乳期の栄養方法

旧「母乳育児」「育児用ミルク」



▼改定の根拠▼

授乳の支援において、乳汁の種類(母乳、育児用ミルク)にかかわらず、母子の健康の維持や健やかな母子・親子関係の形成を促し、育児に自信を持たせることを基本とする。

液体ミルクについて



平成30年8月8日に乳児用調製液状乳(以下「乳児用液体ミルク」という。)の製造・販売等を可能とするための改正省令等が公布されるとともに、特別用途食品における乳児用液体ミルクの許可基準等が設定され、事業者がこれらの基準に適合した乳児用液体ミルクを国内で製造・販売することが可能となった。

液体ミルクとは・・・

- 乳児用液体ミルクは、液状の人工乳を容器に密封したものであり、常温での保存が可能なもの。
- 調乳の手間がなく、消毒した哺乳瓶に移し替えて、すぐに飲むことができる。
- ・地震等の災害によりライフラインが断絶した場合でも、水、燃料等を使わず授乳することができるため、国内の流通体制が整い、使用方法等に関する十分な理解がされることを前提として、災害時の備えとしての活用が可能である。

使用上の留意点

製品により、容器や設定されている賞味期限、使用方法が異なる。使用する場合は、製品に記載されている使用方法等の表示を必ず確認することが必要である。

イオン飲料について

□ 離乳の開始前に果汁を与えることについては (~省略)栄養学的な意義は認められていない。



▼改定の根拠▼

イオン飲料の多量摂取による乳幼児のビタミンB1欠乏が報告されている。授乳期及び離乳期を通して基本的に摂取の必要はなく、必要な場合は、医師の指示に従うことが大切である。

離乳食の進め方

離乳の進め方の目安(改訂)

つけていく。

以下に示す事項は、あくまでも目安であり、子どもの食 欲や成長・発達の状況に応じて調整する。 離乳初期 離乳中期 離乳後期 離乳完了期 生後9~11か月頃 生後5~6か月頃 生後7~8か月頃 生後12~18か月頃 食べ方の目安 ○子どもの様子 ○1日2回食で ○1日3回の食 ○食事リズムを をみながら1日 食事のリズムを 大切に、1日3 事リズムを大切

回食に進めてい

しい体験

重ねる。

離乳の進め方の目安(従来)



「離乳初期」~「離乳完了期」追記

離乳の開始

1回1さじずつ

増やす。 調理形態 なめらかにすり 舌でつぶせる固 歯ぐきでつぶせ 歯ぐきで噛める つぶした状態 る固さ 固さ 1回当たりの目安量 全がゆ 穀類 (g) 全がゆ 軟飯90~ つぶしがゆか 90~軟飯80 ご飯80 50~80 ら始める。 すりつぶした 野菜• 20~30 30~40 40~50 野菜等も試し 果物(g) てみる。 魚 (g) Ш 10~15 15 15~20 慣れてきたら、 つぶした豆 又は肉 10~15 腐・白身魚・ 15 15~20 (g) 卵黄等を試し てみる。 又は豆腐 30~40 50~55 (g) 卵黄1~ 全卵1/2 全卵1/2~ 又は卵 (個) 全卵1/3 2/3又は乳製 50~70 80 100 品 (g) 歯の萌出の 乳歯が生え始め 1歳前後で前歯が る。 8本生えそろう。 日安 離乳完了期の後

舌と上あごで潰

していくことが

出来るようにな

mmm

2 2

摂食機能の 目安 口を閉じて取り 込みや飲み込み が出来るように

\$3. S.

歯ぐきで潰すことが出来るようになる。

10, 0

400

半頃に奥歯(第

一乳臼歯) が生

歯を使うように

離乳の完了

に、生活リズム

○手づかみ食べ

により、自分で

食べる楽しみを

を整える。

「歯の生え方」「摂食機能の目安」追記

※衛生面に十分に配慮して食べやすく調理したものを与える

食物アレルギーの対応

卵黄を与え始める時期について

旧

生後7~8か月頃



生後5~6か月頃



<u>新</u>

つぶしがゆから始める。すりつぶした野菜等も試してみる。慣れてきたら、つぶした豆腐・白身魚・卵黄等を試してみる。

▼改定の根拠▼

食物アレルギーの発症を心配して、離乳の開始や特定の食物の摂取開始を遅らせても、食物アレルギーの予防効果があるという科学的根拠はない。

鉄・ビタミンDの摂取について

Ⅲ 生後9か月以降で鉄の不足には十分配慮する。



▼改定の根拠▼

母乳育児の場合、生後6か月の時点で、ヘモグロビン 濃度が低く、鉄欠乏を生じやすい。また、ビタミンD欠乏 によるくる病の増加が指摘されている。

ベビーフードについて

□ ベビーフードを利用する時の留意点等あり。



新

下記を加筆。



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

▼改定の根拠▼

「離乳食を作るのが負担、大変」と思う保護者が33.5%。保護者の気持ちを受け止め、離乳食づくりの負担感を軽

減し、寄り添いを重視。

乳児ボツリヌス症について(1)

▼改定の根拠▼

国内で初めての乳児ボツリヌス症による死亡事例が発生したため参考資料を追加。

▼参考資料概要▼

乳児ボツリヌス症とは、1歳未満の乳児が、芽胞として存在しているボツリヌス菌を摂取し、消化管内で発芽、増殖し、産生された毒素により発症するもの。

新生児訪問指導及び乳幼児健康診査等をはじめとした様々な機会をとらえ、積極的に乳児の保護者等に対し、情報提供に努めていく。

乳児ボツリヌス症について②

ウェブサイト等を用いて以下内容を注意喚起。



ハチミツを与えるのは 1歳 を過ぎてから

赤ちゃんのお母さん・お父さんやお世話をする方へ

- 1.1歳未満の赤ちゃんがハチミツを食べることによって乳児ボッリヌス症にかかることがあります。
- 2. ハチミツは1歳未満の赤ちゃんにリスクが高い食品です。
- ボツリヌス菌は熱に強いので、通常の加熱や調理では死にません。

1歳未満の赤ちゃんにハチミツやハチミツ入りの飲料・お菓子などの食品は与えないようにしましょう。

http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000161461.html