

岡山県南部における初期離乳食の調査

菅 淑 江

1. はじめに

わが国の乳児期の発育を欧米人と比較¹⁾すると、およそ生後4カ月までの発育経過についてはあまり相異がないか、むしろまさっているのに対して、4,5カ月を境としてわが国の乳児の発育がおくれてくる。これは、わが国の乳児の発育経過を年次的にみた場合に、近代となるにしたがってその差が縮まりつつあることと考えあわせて、人種的な差異というよりも、むしろ栄養その他の育児環境に由来する相異と考えると、離乳食はまだまだ考えねばならぬ問題を多く含む。また、栄養課程に学ぶ学生は学外実習に出て、離乳食作成、クリニック等を行なうことが多い。

そこで、現在の離乳がどのように行なわれているか、その実態を把握し、一般に行なわれている離乳と教科書や本に出ている離乳とを比較することにより、学外実習の意義を高め、さらに将来学生が栄養士となり、乳幼児指導のあり方を考えるときの参考資料とするためこの調査を行ったのでその成績を報告する。

2. 調査対象および調査方法

対象としたのは、岡山市西大寺地区、倉敷市庄地区、備前市の乳児228人である。

調査期間は、昭和47年3月～昭和47年8月。岡山市、備前市では学生によるききとり調査、倉敷市では愛育委員会を通じてアンケート用紙を配布し、記入後回収した。回収率は100%である。

3. 調査結果および考察

1) 対象乳児の状況

対象乳児の月令、男女比率、出生時体重、家族構成、出生順位は表1～4のとおりである。

表1 対象乳児月令

月令	4	5	6	7	8	9	10	11	12カ月上	計
人数	2	3	5	5	9	18	19	21	146	228

(男児 129人)
(女児 99人)

表2 出生時体重

出生時体重	2500g以下	～3000g	～3500g	～4000g	4000g以上
人 数	11	54	98	54	11

表3 家族構成

(世帯)

	岡 山	倉 敷	備 前	計
核 家 族	59	32	31	122
拡 大 家 族	39	39	11	89
そ の 他 の 家 族	4	12	1	17
計	102	83	43	228

表4 出生順位

(人)

	岡 山	倉 敷	備 前	計
第 1 子	49	42	25	116
第 2 子	46	33	16	95
第 3 子 以 上	7	8	2	17

核家族が半分を示め、対象児はほとんど1子か2子である。対象児の母親の有職者は20%で、そのうち内職をしている者は40%である。また、主たる保育者は、母親86%、祖母12%で、あずけてあるところの人というのは2%にすぎない。

2) 栄 養 法

対象児の満4カ月の栄養法は表5のとおりである。昭和32年岡山県における浜本らの報告²⁾による栄養法(表6)と比較すると、母乳栄養の減少がめだつ。

表5 栄 養 法 (満4カ月)

	人 数	%
母 乳	75	32.9
混 合 栄 養	45	19.7
人 工 栄 養	108	47.4
計	228	100.0

表6 昭和32年岡山県における栄養法²⁾

	市 部	農 村 部
母 乳	59.8%	63.1%
混 合 栄 養	32.4	30.6
人 工 栄 養	7.8	6.3

(浜本ら)

また、東京都における昭和37～38年の乳児の離乳開始までの栄養法比率は、母乳栄養：混合栄養：人工栄養、29.0：50.1：20.9³⁾と報告されている。対象時期など条件がまちまちで比較はしにくいだが、母乳栄養児は30%程度と考えてよいと思える。

3) 離乳開始時期

栄養法別離乳開始時期は表7のとおりである。離乳開始の定義については諸説⁴⁾があるが、乳汁以外の雑食を続けて与え始めた時期と考え、果汁、ビタミン剤、調乳に入れた重湯等は除いた。

表7 栄養法別による離乳開始時期

(人)

栄養別	月令	3カ月	4カ月	5カ月	6カ月	7カ月	8カ月以後	計
	母乳		2	26	31	9	5	2
混合		6	17	11	7	1	3	45
人工		10	36	41	12	5	4	108

4カ月から5カ月で離乳を開始している者が多く、5カ月までに80%の乳児が離乳を開始している。栄養法別による開始時期には、 χ^2 検定を行なったが有意差はみられなかった。だが、混合、人工栄養児では、3カ月で離乳に入ったものが、母乳栄養児より多いのがめだつた。

全体の開始平均月齢は5.3カ月で、母乳栄養児5.5カ月、混合栄養児5.4カ月、人工栄養児5.1カ月である。遠城寺らの「日本の離乳⁵⁾」に発表されている離乳開始平均月齢は7.2カ月で、母乳栄養児7.4カ月、混合栄養児7.0カ月、人工栄養児6.2カ月である。離乳の開始が従来よりも相当早くなっていると考えられる。

4) 離乳の知識と経過

表8 離乳の知識と経過について

知識を得た媒体	順調に経過		順調にいかない		計	
	143人	62.7%	85人	37.3%	228人	%
保健婦	99	69.2	49	57.7	148	64.9
本	21	14.7	21	24.7	42	18.4
それ以外	23	16.1	15	17.7	38	16.7

離乳についての知識の獲得は表8のごとく保健婦から得ているものが65%ともっとも多く、ついで本からというものが18%である。期待した栄養士からというものは2%にすぎず、また自分の母親とか姑からというものも2%の少なさである。今村らの報告⁶⁾によると、保健婦22.8%、母親6.9%、栄養士6.1%である。また、山下らの報告⁷⁾では、保健婦47.4%、本28.1%である。これらの報告から考えあわせて、岡山県における保健婦活動と地域民との結びつきの深さがうかがえる。

離乳食の知識を、親から子に伝えなくなったということより、母親の経験が役に立たない程進歩が激しいと考える方が妥当かもしれない。しかし、栄養士から、という数字が低いことは考えねばならぬ点である。

離乳の経過についてみると、順調に経過していると答えた人は63%、順調ではないと答えた人が37%であった。これを知識を得た媒体により差があるかどうか χ^2 検定を行なったが有意

差はみとめられない。

順調に行かなかった理由としては、赤ちゃんの病気22.2%，離乳食をきらって食べない21.2%，母乳が多い14.1%が主である。

5) 離乳の計画性と経過

表9は離乳の計画性と経過の関連をみたものである。離乳を計画的に行なったものは64%，なりゆきにまかせたものは35%である。今村らの報告⁶⁾によると，計画的に行なったもの68%，なりゆきにまかせたもの26%で本調査とほぼ一致する。

第1子と2子以後の離乳開始計画性について χ^2 検定を行ったが，有意差は認められなかった。そこで，計画性と経過と関連をみると5%危険率で有意差を認めた。つまり離乳は計画的にはじめた方がつまずきが少ないといえる。

表9 離乳の計画性と経過について

	計 画 的		なりゆきにまかせた		無 回 答	計
	146人	64.0%	80人	35.1%		
順 調	101	69.2	41	51.3	1	143
順 調 ではない	45	30.9	39	48.7	1	85

6) 離乳期間中の健康状態

下痢しやすい21.5%，風邪を引きやすい11.8%，湿疹がよくでた5.2%，ほとんど病気をしない56.1%，その他5.3%である。約半数の乳児が何らから病気を経験しているわけであるが，これは一般的な状態のときと同じ傾向⁸⁾であり，特に離乳中だからという特色はないと考えてよい。ただこのことは，食品の衛生，選び方等において注意を要することを示唆する。

7) 離乳食の作り方

家族構成別離乳食の作り方をみたのが表10である。離乳食を特別に作ると答えた人は64%で，家族のものをつくりかえる人が21%，家族のものをそのままというのは3%であった。これは，山下⁷⁾，今村⁶⁾らの報告とよく一致する。これを家族構成との間に差があるかどうか χ^2 検定を行なったが有意差は認められなかった。

表10 家族構成別離乳食の作り方

家族構成	作り方		特別に作る		家族のものを作りなおす		家族のものをそのまま		特別 + 家族の作りなおし		特別 + 家族のをそのまま	
	74人	60.2%	30人	24.4%	5人	4.1%	11人	8.9%	3人	2.4%		
核 家 族	74人	60.2%	30人	24.4%	5人	4.1%	11人	8.9%	3人	2.4%		
拡大家族	58	66.7	16	18.4	2	2.3	9	10.4	2	2.3		
その他の家族	14	77.8	1	5.6	0	0	2	11.1	1	5.6		
計	146	64.4	47	20.6	7	3.1	22	9.7	6	2.6		

離乳中の疾病の罹患傾向をみると、乳児下痢症が高罹患を示す⁸⁾。乳児下痢症は離乳初期に相当する月齢に多い⁹⁾。これをふせぐためにも離乳食に用いる食器類の洗浄には細心の注意を払い、離乳の初期および夏季は熱湯消毒をして用いることがすすめられる¹⁰⁾。そこで離乳食に使用する食器等の消毒状態について調べてみた。

消毒すると答えた人は60%で、のこり40%の人はなんら消毒せずに用いている。家族構成との間に有意差はない。このことは、今後離乳指導していく上で、指導を忘れてはならぬ点である。

8) 離乳初期に与える食品

離乳初期に与える食品について、果汁、スープ以外の食品について調べてみると、粥ではつぶし粥、パン粥、野菜では裏ごしじゃがいも、にんじん、魚では白みのほぐしたもの、卵では卵黄の裏ごし、菓子ではボーロが多い。意外に少ないのが各種フレーク類の利用である。

缶づめ離乳食を使用したことがあるかどうかについて調べた。使ったことがないと答えた人が54%、よく使ったという人が14%、ときどき使った人が32%である。使う理由の大半がめずらしいものを手軽に使用出来るからと答え、その使用した種類はレパーマッシュ（40人）が一番多く、ついで野菜の裏ごし（31人）、肉と野菜の煮込み（17人）、プリン（16人）の順である。これらの離乳食製品は衛生的に安全で消化もしやすく、またそれぞれ栄養的な特徴があり、香りや味も乳児に適し、母親が多忙の時など便利で、乳児にもよく受容され¹¹⁾ている。守田ら¹²⁾は離乳食製品だけ用いて6名の乳児を離乳し、下痢も起さず喜んで摂取され、栄養的にすぐれた成績をあげた。これらのことを考えあわせ、離乳食製品使用をどう指導していくかは、今後の課題である。

9) 離乳食品の好き嫌い

偏食の成因の1つに、¹³⁾「離乳遅延または離乳期あるいはそれ以後の食品の与え方が偏っていた場合」がある。離乳期の指導に数多くの食品を経験させることがあげられる。離乳期の乳児の好き嫌いを調査した。当然好まれるものが多く与えられるのであるが、同じ食品でも乳児によって好き嫌いが分かれるもののあることが注目される。しかし、これらは調理法により非常に味が異なるので、一概に食品として乳児が好いた、嫌った、というわけにはいかない点がある。

4. ま と め

岡山県南部における初期離乳食の実態調査した結果をまとめると、

- 1) 核家族が多いので、それに合う離乳指導を考えること。
- 2) 母乳栄養児が減り、人工栄養児が多い。
- 3) 離乳開始は4カ月から5カ月のうちに80%が始めている。これは従来の報告より相当早くなっている。
- 4) 離乳の知識は、保健婦とか本から得ている人が多く、母とか姑から得る人は2%である。
- 5) 63%の人が離乳は順調に経過している、と答えている。離乳の知識を得た媒体がなんであっても、離乳の経過には影響がない。
- 6) 離乳を計画的に始めた人は63%である。離乳が順調に行くかどうかは、この計画性の影響

表11 離乳食品の好き嫌い

種別	品名	好き(人)	嫌い(人)	種別	品名	好き(人)	嫌い(人)
米	うどん	141	4		さいも	36	16
	おじや	96	7		キャベツ	31	20
	粥	61	10		きゅうり	21	30
	麦類	パン	53	10	果物	みかん	136
米飯		52	6	バナナ		134	6
パン粥		49	18	りんご		117	14
マカロニ		16	25	いちご		106	8
オートミール	6	20	ストイカ	61		8	
魚肉卵類	白身魚	132	5	トマト	56	25	
	卵黄	97	10	菓子	ボーロ	119	7
	全卵	74	14		乳酸飲料	96	2
	とり肉	52	6		ビスケット	93	14
	ハム	45	10		せんべい	85	3
	牛肉	40	14		カステラ	82	13
レバー	18	47	ウエファース		72	16	
ハンペン	11	25	アイスクリーム		67	5	
乳	チーズ	45	35		ヨーグルト	57	13
野菜類	じゃがいも	114	7	ジュース	52	7	
	にんじん	85	11	スープ	みそ汁	133	3
	さつまいも	79	9		やさいスープ	58	6
	ほうれん草	74	27		シチュー	57	8
	かぼちゃ	64	12		肉スープ	29	14
	だいこん	49	18	その他	のり	102	2
たまねぎ	44	16					

が大きい。

- 7) 離乳期間中、44%の乳児がなんらかの病気をしている。離乳のつまずきの原因ともなるので注意を要する。
- 8) 離乳食は64%の人が特別に作っている。
- 9) 離乳食用食器類の消毒は40%の人は何もしていない。7)とも考えあわせ、今後の指導が望まれる。
- 10) 離乳初期に与える食品は、つぶし粥、パン粥、野菜ではうらごしじゃがいもとにんじん、魚では白み魚のほぐしたもの、卵では卵黄の裏ごし、菓子ではボーロが多い。
- 11) 缶詰め離乳食は54%の人が使ったことがないと答え、よく使うという人は14%にすぎない。使われた中ではレバーマッシュが圧倒的に多い。これら離乳食製品に対する正しい知識の導入と指導が必要と思われる。
- 12) 離乳食は好まれる食品が当然多く与えられるが、好き嫌いのないように食べさせる工夫をしなければいけない。

今回の調査では離乳食の量、内容を具体的に確かむことが出来なかったため、今後機会があればそれ点についての調査を行いたい。

稿を終えるにあたり、学生指導の一端をお引受け下さいました本学宮城幸子先生、また調査にご便宜を与えて下さいました関係各位、直接調査を担当しました学生の皆様に感謝いたします。

文 献

- 1) 船川幡夫：第15回日本医学会総会学術集会記録，1959.
- 2) 浜本他：岡山県に於ける離乳実態調査成績，文部省科学研究費，離乳研究班第2回協議会報告，1957.
- 3) 竹内方志：地域差に現われた乳児栄養の問題点，小児科，5(6)：349，1964.
- 4) 遠城寺他：離乳の開始と完了，とくにその定義について，小児保健研究，16：107，1957.
- 5) 遠城寺他：(文部省科学研究費総合研究離乳研究班)『日本の離乳』森永奉仕会，1958.
- 6) 今村栄一他：発育優良の乳幼児の離乳調査成績，小児保健研究，17(2)：83，1958.
- 7) 山下文雄他：健康優良児の離乳とくに離乳食について，11(3)：33，1958.
- 8) 渡辺他：乳幼児検診成績報告，1957.
- 9) 高井俊夫編：乳児栄養学，朝倉書店，141，1968.
- 10) 武藤静子：母性乳幼児の栄養と食事，第一出版，294，1969.
- 11) 同上，310，1969.
- 12) 守田他：離乳の簡素化に関する研究．市販加工離乳製品の概要とこれによる健康乳児離乳成績，小児科臨床，19，1400，1966.
- 13) 武藤静子：母性乳幼児の栄養と食事，第一出版，380，1969.