

# 授乳・離乳の支援ガイド

平成 19 年 3 月 14 日

---

---

## 目 次

---

---

「授乳・離乳の支援ガイド」策定のねらい	1
I 授乳編	3
1 授乳に関する現状	5
2 授乳の支援に関する基本的考え方	14
3 授乳の支援のポイント	16
1 産科施設、小児科施設、市町村保健センターなどの保健医療従事者が 共有化する基本的事項	16
【授乳の支援を進める5つのポイント】	18
2 授乳支援の実践に向けてのポイント	19
II 離乳編	33
1 離乳に関する現状	35
2 離乳の支援に関する基本的考え方	40
3 離乳の支援のポイント	41
1 離乳の開始	41
2 離乳の進行	41
3 離乳の完了	41
4 離乳食の進め方の目安	42
(1) 食べ方の目安	42
(2) 食事の目安	42
(3) 成長の目安	43
【離乳食の進め方の目安】	44
〈参考1〉乳児期の栄養と肥満、生活習慣病との関わりについて	45
〈参考2〉咀嚼機能の発達の目安について	46
〈参考3〉手づかみ食べについて	47
〈参考4〉食物アレルギーについて	48
〈参考5〉ベビーフードの利用について	54
〈参考6〉1日の食事量の目安について	56
〈参考7〉発達段階に応じた子どもの食事への配慮について	58

Ⅲ 関係資料	61
資料1 改定 離乳の基本（平成7年）	63
資料2 妊産婦のための食生活指針（概要）	66
資料3 楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～（概要）	70
資料4 食事摂取基準（概要）	74
「授乳・離乳の支援ガイド策定に関する研究会」名簿	78
「授乳・離乳の支援ガイド策定に関する研究会」の開催経緯	79

## 「授乳・離乳の支援ガイド」策定のねらい

---

離乳食の開始・進行については、平成7年に出された「改定 離乳の基本」<sup>注1)</sup>に基づき、保健・栄養指導の場面や育児雑誌等において幅広く情報提供が行われているが、すでに10年が経過し、先般公表した「平成17年度乳幼児栄養調査結果」等最新の知見を踏まえ、その内容について見直しを行うこととした。

また、授乳については、従来取り組まれてきた母乳育児の推進を図る観点から、近年では出産直後の不安が高くその訴えも多様であること、離乳食の開始・進行との関わりも深いことなどを踏まえ、その適切な支援について検討を行うこととした。

特に、授乳期及び離乳期は母子の健康にとって極めて重要な時期にあり、母子の愛着形成や子どもの心の発達が大きな課題になっている現状では、それらの課題への適切な対応が求められている。このため、授乳・離乳の支援にあたっては、親子双方にとって、慣れない授乳、慣れない離乳食を体験していく過程をどう支援していくかという育児支援の観点も欠かすことができない。

そこで、「授乳・離乳の支援ガイド」の策定にあたっては、授乳・離乳への支援が、①授乳・離乳を通して、母子の健康の維持とともに、親子の関わりが健やかに形成されることが重要視される支援、②乳汁や離乳食といった「もの」にのみ目が向けられるのではなく、一人一人の子どもの成長・発達が尊重される支援を基本とするとともに、③妊産婦や子どもに関わる保健医療従事者において、望ましい支援のあり方に関する基本的事項の共有化が図られ、④授乳・離乳への支援が、健やかな親子関係の形成や子どもの健やかな成長・発達への支援としてより多くの場で展開されることをねらいとした。

この「授乳・離乳の支援ガイド」は、妊産婦や子どもに関わる保健医療従事者が、所属する施設や専門領域が異なっても、基本的事項を共有化し、支援を進めていくことができるよう、保健医療従事者向けに作成するものである。また、保健医療従事者が本支援ガイドを通して、授乳・離乳への理解を深め、適切な支援を進めていくことにより、多方面の関係者の方々に支援ガイドの内容が普及していくことを期待するものである。

なお、本研究会においては、産科医師、小児科医師、助産師、保健師、管理栄養士、さらに口腔機能（歯科医師）やアレルギーの専門家などが参画し、それぞれの専門領域から集約される知見に基づき、検討が進められてきたが、それぞれの施設や専門領域において求められる支援内容は個々の領域で特徴を有するものであり、そうした支援の充実にもつながる基本的事項について、本支援ガイドに盛り込むこととした。

---

注1) 改定 離乳の基本 : (資料1) 参照