

～妊娠中のママとパパに読んでもらいたい～
**妊娠～産後3カ月までの「授乳」の大切な5つのポイントをまとめた
 「しあわせ授乳サポート BOOK」を発表**



ピジョン株式会社（本社：東京、社長：山下 茂）は、2015年3月に「ピジョンにっこり授乳期研究会」を発足し、授乳期のママと赤ちゃんに携わる専門家と共に活動を続けてまいりました。この度、当社が実施した「授乳に関する3カ国調査」で明らかになった日本のママの授乳期の課題に対する解決策のひとつとして、授乳に関する情報を包括的にまとめた「しあわせ授乳サポート BOOK」を制作しましたので、発表いたします（授乳に関する3カ国調査結果は添付資料参照）。

この「しあわせ授乳サポート BOOK」は、ママたちの戸惑いを減らし、授乳期をより幸せに過ごしてもらうことを目的に、授乳に関する大切な5つのポイントをわかりやすくまとめました。特長は、「はじめてのおっぱい(授乳)」や「はじめてのラッチオン*1 感覚」に関する情報を提供し、ママたちが「母乳育児をやれているサイン」として認識できるよう工夫することで、手探り感のある授乳期に、少しでも自信を持てるようにしました。また、授乳のやり方は十人十色であることを一貫して伝え、ママたちが自分の状態を肯定できるようにしました。さらに、「妊娠中にこれだけはやっておきたいこと」をまとめ、出産前から具体的に準備を進められる工夫や、周囲の人にサポートをお願いしやすくする工夫をしました。



～「しあわせ授乳サポート BOOK」のメッセージ：授乳の5つのポイント～

- | | | |
|---|--------------------------|--|
| 1 | おっぱい準備 | 妊娠中からおっぱい準備をしよう |
| 2 | はじめてのおっぱい | まずは抱き合っ、おっぱいを含ませてみましょう
心配しないで、焦らず取り組みましょう |
| 3 | 入院中の過ごし方 | 自分のおっぱいの状態と赤ちゃんの様子を観察し、
専門家に具体的に質問をしよう |
| 4 | 産後のママの
カラダとココロの
回復 | パパや周囲の人にサポートしてもらおう |
| 5 | はじめての
ラッチオン感覚 | ラッチオンの感覚を探して、
ちょっとでも感じ取れたら自信を持とう |

「しあわせ授乳サポート BOOK」は、いつでも誰でも無償でダウンロードいただけるよう、にっこり授乳期研究会のホームページに掲載いたします。また、行政や自治体で開催する両親学級などのイベントで本冊子を活用したい場合にも、当社より無料で本冊子をご提供いたします。*2 さらに、当社が開催している医療従事者向けのセミナーなどでも、本冊子をベースに「授乳に関する大切な5つのポイント」などを普及していく予定です。

本研究会は、「しあわせ授乳サポート BOOK」を社会に広める活動を行いながら、ママたちが授乳期をより幸せに過ごせるよう、今後もさらに研究を進め、社会に情報を発信していきます。

*1 赤ちゃんがママの乳首に吸い付こうとするタイミングに合わせて、ママが上手に自分の乳首を赤ちゃんの口にふくませ、赤ちゃんの哺乳とママの授乳をスムーズに開始させること。 *2 数量には限りがあるため、詳しくはピジョン IR・広報室まで問い合わせください。

<添付資料>

ピジョンにっこり授乳期研究会がこの度制作した「しあわせ授乳サポート BOOK」の発表に際し、日米中 3 カ国で実施した授乳に関する調査結果の一部を、公表いたします。

【調査概要】

調査目的 : 日本・中国・米国ママの授乳状況と意識について把握するため
 調査手法 : インターネット調査
 調査対象者 : 末子が生後0ヵ月～生後5ヵ月で、母乳を直接母乳で与えたことがあり、現在授乳中の人
 日本全国 1,000 人 / 中国全土 250 人 / 米国全土 200 人
 調査時期 : 2014 年 9 月

【調査結果のまとめ】

- 日本のママは中国・米国に比べ、早くから「授乳が軌道に乗った」と答えた割合が少なく、手探り感のある期間が長い傾向があった。中国や米国では、「初乳が出たこと」や「ラッチオンができたこと」が、「授乳が軌道に乗った」と、より早く感じられるきっかけとなっている。
- 日本のママの育児の相談役・心の支えとなった人の平均人数が 3 カ国の中で最も少なく、特に、医療従事者を育児の相談役・心の支えとした割合が、中国と米国に比べ低い。
- 日本のママは、中国・米国に比べ、妊娠中に母乳育児の準備をする割合が低い傾向が見られた。米国の授乳指導では、母乳育児のメリットと母乳育児を実践するための具体的な方法論が指導されている。さらに、米国では、周囲のサポート方法や家族の授乳の参加についても指導がされている。

【調査結果詳細】

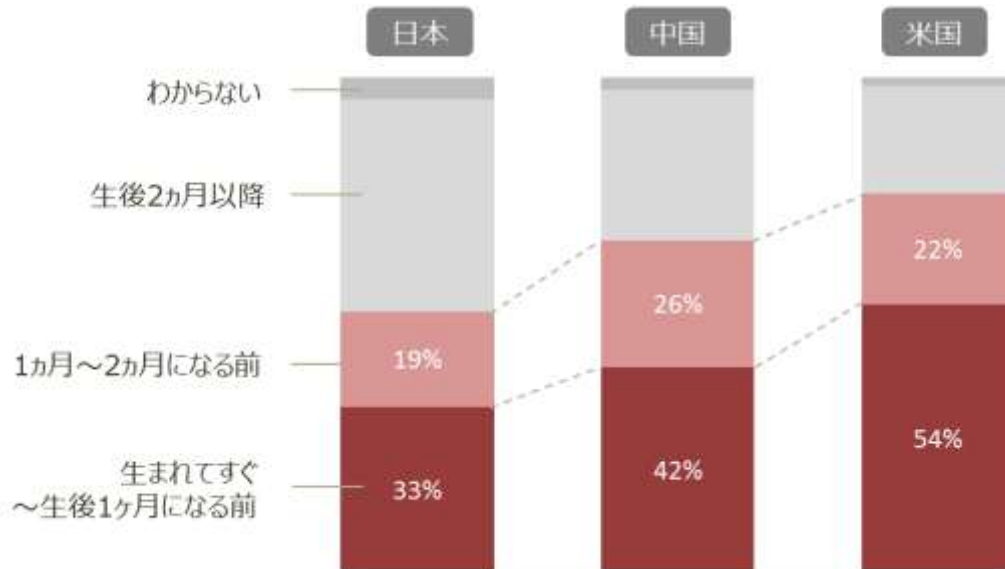
授乳状況

日本の母乳育児率(母乳のみ・主に母乳の合計)は、52%と 3 カ国の中で最も高い。



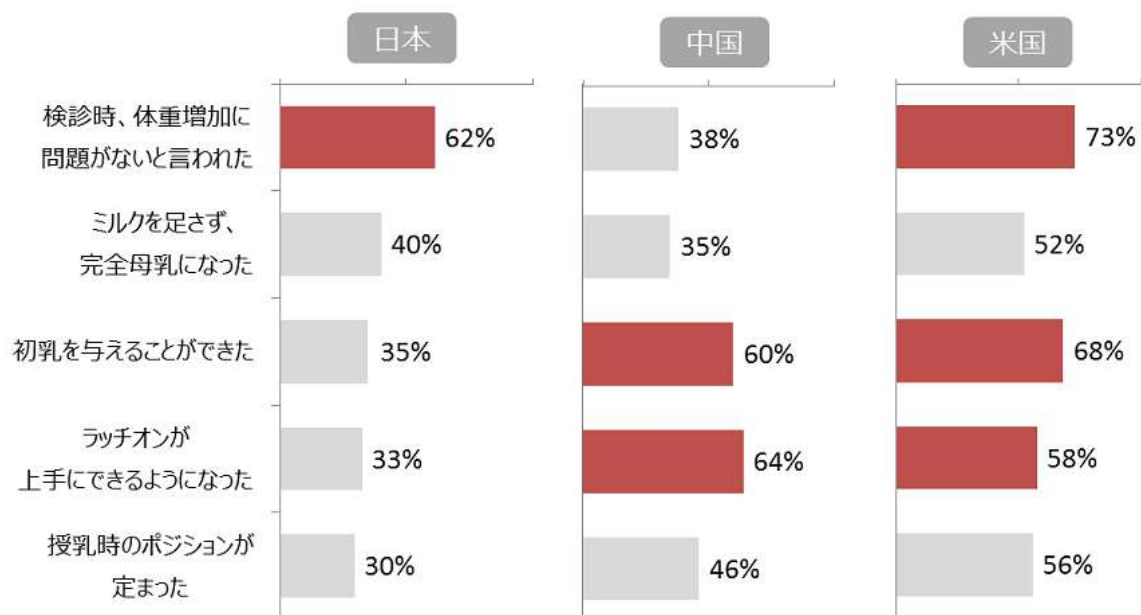
授乳が軌道に乗った時期

「授乳が軌道に乗ったと感じる時期」において、早くから軌道に乗ったと答えた日本のママの割合が、中国・米国に比べ低かった。米国では生後1ヵ月までの時点で54%のママが「授乳が軌道に乗った」と感じたのに対し、日本のママは33%しか感じられなかった。



授乳が軌道に乗ったと思うきっかけ

日本のママが、授乳が軌道に乗ったと感じる出来事として挙げた項目は「検診時、体重増加に問題がないと言われた」が62%と最も高かった。中国や米国では「初乳を与えることができた」「ラッチオンが上手にできるようになった」など、日本のママとは異なった項目が「きっかけ」として挙げられた。



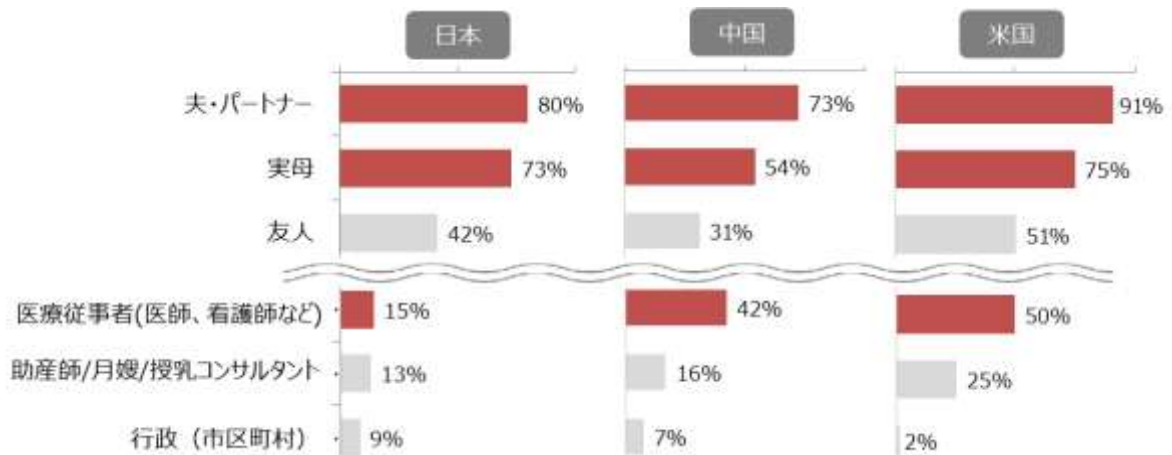
育児の相談役・心の支えになった人の平均人数

育児の相談役・心の支えとなった人の数では、日本のママが平均 3.2 人と、最も少ない結果となった。



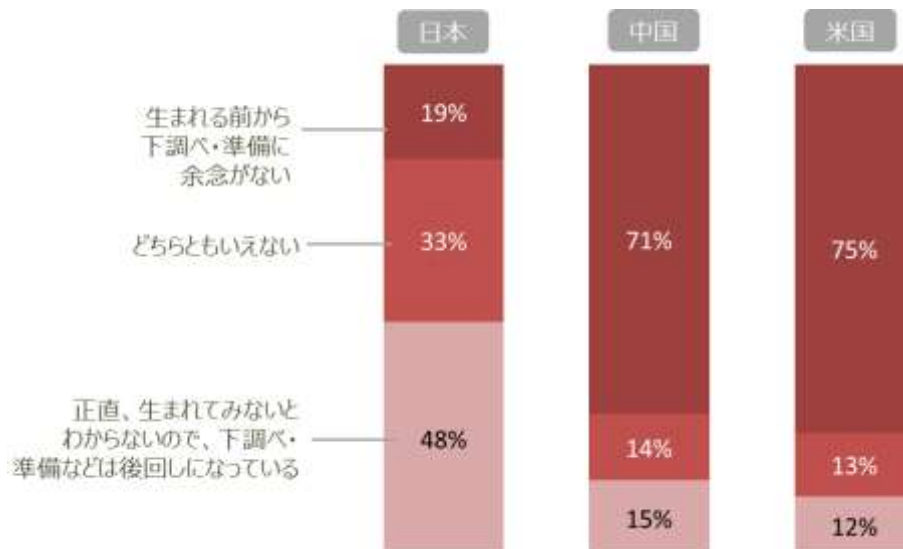
育児の相談役・心の支えになった人

育児の相談役・心の支えになった人として、夫と実母が上位 2 位なのは 3 か国共通だが、日本のママが「医療従事者」と回答した割合が、中国・米国に比べ少ないことがわかった。



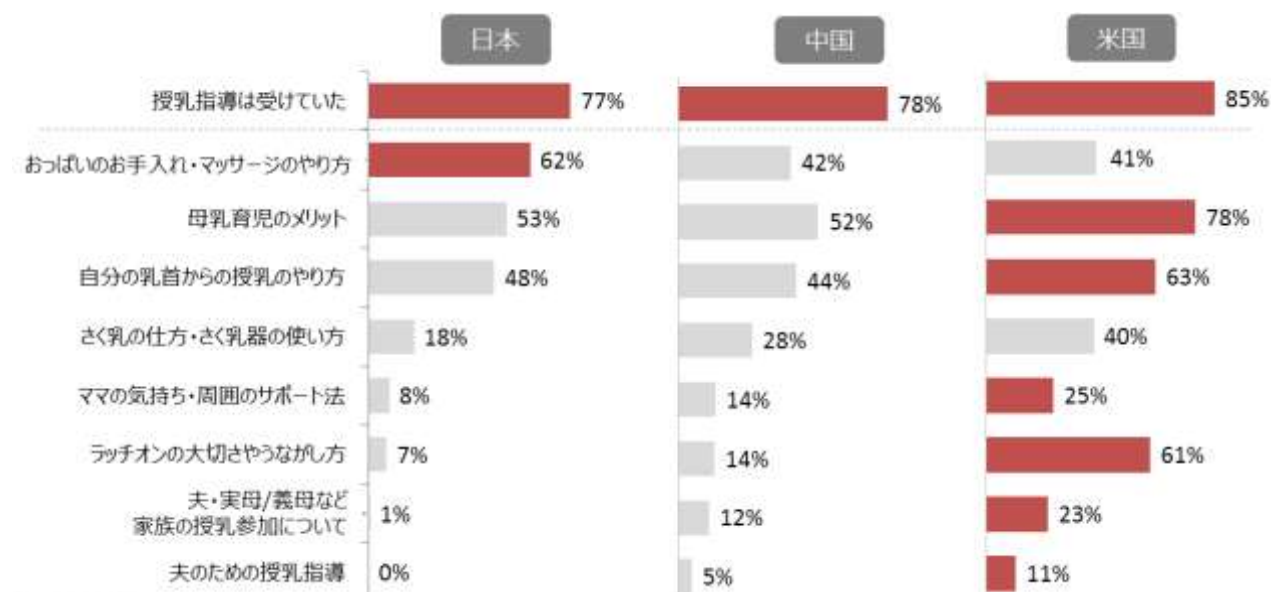
妊娠中からの母乳育児の準備

日本は、妊娠中に母乳育児の準備をする割合が、中国・米国と比較すると低い傾向がみられた。



妊娠中に受けた指導

3カ国とも妊娠中に80%近くが授乳指導を受けているが、その内容には違いがある。日本では「おっぱいのお手入れ・マッサージのやり方」が指導内容のトップ。米国では、母乳育児のメリットと母乳育児を実践するための具体的な方法論が指導されている。さらに、米国では周囲のサポート方法や家族の授乳の参加についても指導がされている。



【調査結果に基づく考察】

- 授乳期の生活の中で「初乳が出たこと」や「ラッチオンができたこと」などの「母乳育児をやれているサイン」を認識できるようにすることで、日本のママたちに達成感をもたらし、授乳期の閉塞感を和らげることにつながるのではないかと推測します。
- 日本のママは、医療従事者を含む周囲の人のサポートをより効果的に活用していく余地があると考えます。
- 日本のママに、妊娠中から授乳に関する包括的な情報を提供することで、産後のママの戸惑いを減らせる可能性があると考えます。