

森永乳業の育児ニュース『エンゼル 110 番レポート第 71号』

「母乳への意識」

—————100人のママに聞きました—————

森永乳業は、時代とともに変わりつつある母親像の理解に役立つことを願い、1993年4月から「エンゼル 110 番レポート」を発行しております。この「エンゼル 110 番レポート」は、育児相談窓口「エンゼル 110 番」*への相談内容から、毎回育児に関する傾向についてまとめています。

母乳育児が推奨され、「母乳が一番」「赤ちゃんのために母乳を飲ませたい」と頑張るママたちからもエンゼル 110 番には多くの相談が寄せられます。母乳育児を希望していても、ママたち全員が完全母乳にできるわけではありません。実際のママたちの気持ちはどうなのでしょう？ エンゼル 110 番を利用するママたちのうち、母乳育児（混合授乳を含む）を行っているという 100 人にアンケートを実施しました。

【主なアンケート結果】

- 母乳で育てたいと思ったきっかけは「産院が推奨」と「免疫がつく」が多い。
- 母乳を飲んでいる子どもの顔を見ているのが幸せ。
- 母乳が足りているのかわからない。飲んでいる量がわからないことへの不安。
- 8割のママが「母乳育児は楽しい」と感じている。

* エンゼル 110 番とは…

1970年代は、核家族が急増し、育児環境が大きく変化した高度成長期でした。その社会状況を背景に「子育て奮闘中のお母さんたちのお役に立ちたい」という思いから、1975年5月に、無料の育児相談窓口『エンゼル 110 番』を開設しました。来年5月で40周年を迎える『エンゼル 110 番』で、今までにお受けした電話相談は約90万件(2014年11月時点)にのぼります。相談内容は、「何をどれだけ食べさせればよいか」といった“食生活”や“子どもを育てる自信がない”といった“相談者自身”に関してなど多岐に渡りますが、不安・悩み・疑問を抱えた方たちの話を聴き、一緒に考えることで育児の不安を取り除くことを基本姿勢としています。

また、2014年4月からは、フリーダイヤル化し、より気軽にご相談いただけるようになりました。

◇エンゼル 110 番 電話相談運営概要◇

相談対象	妊娠中～小学校就学前まで
相談員数	19名(保健師、管理栄養士、心理相談員 等)
ウェブサイト	http://www.angel110.jp/

本件・バックナンバーに関するお問い合わせ先

<報道関係者からのお問い合わせ先>

森永乳業株式会社 広報部 高橋 TEL03-3798-0126

<お客さまからのお問い合わせ先>

育児に関する無料電話相談「森永乳業エンゼル 110 番」フリーダイヤル 0800-5555-110

※受付時間:月～土曜日(日曜、祝日除く)、10～14時

<エンゼル 110 番ウェブサイト> <http://www.angel110.jp/>

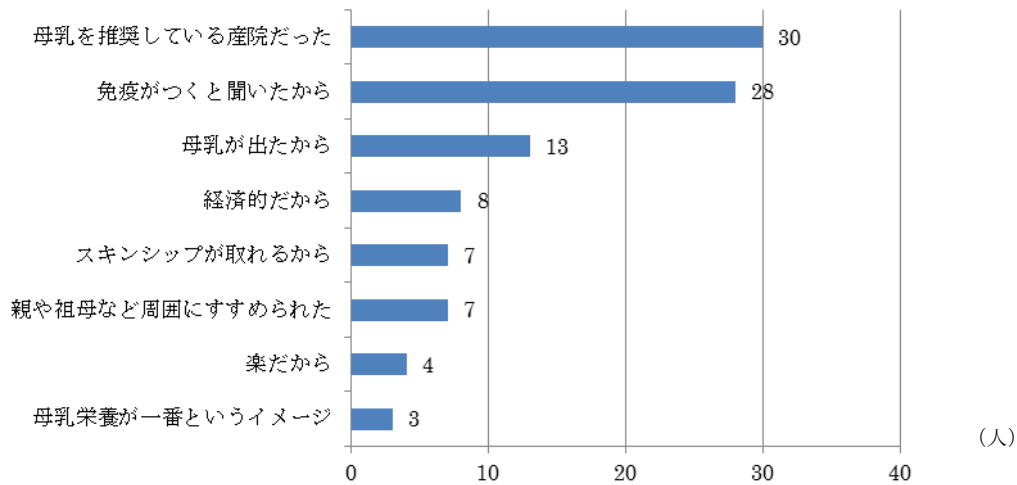
今回のテーマ「 母乳への意識 」

—100 人のママに聞きました—

母乳で育てたいと思ったきっかけは「産院が推奨」と「免疫がつく」が多い

Q1. 母乳で育てたいと思ったきっかけはなんですか？

図1) 母乳で育てたいと思ったきっかけはなんですか？（複数回答）



母乳で育てたいと思ったきっかけで多かったのは、「産院が母乳を推奨していた」が 30 人、「免疫がつくと聞いたから」が 28 人でした。また、単に「母乳が出たから」というママも 13 人いました。「経済的」な理由をあげたのは 8 人でしたが、その中には「ミルクは 1 年で 10 万円かかると聞いた」という人もいました。「スキンシップが取れるから」「親や祖母など周囲にすすめられた」はそれぞれ 7 人ずつ、「楽だから」と答えた 4 人は、哺乳瓶洗いやお湯を沸かす、ミルクを作るのが面倒ということでした。

また、「母乳栄養が一番というイメージ」があるという、漠然と母乳がよいと思っているママも 3 人いました。

【HOT VOICE】

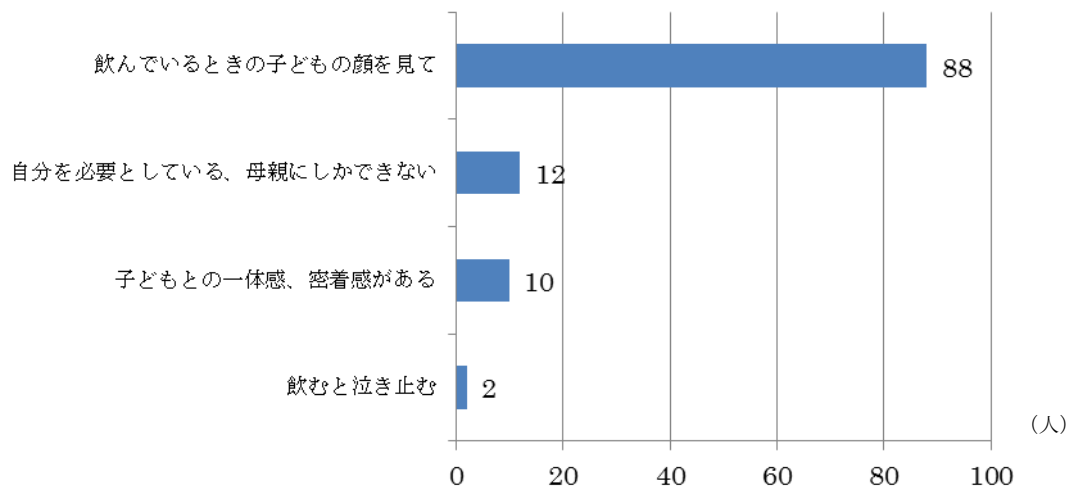
- ・母乳学級で母乳の良さを教えてもらった（0 ヶ月）
- ・母乳栄養が赤ちゃんにとって最適と聞いた（1 歳）
- ・産後の母体の回復がよいと聞いた（0 ヶ月）
- ・赤ちゃんの健康のため。免疫がよくつき、乳酸菌などの腸内菌がよく増えると聞いた（1 ヶ月）

- ・母乳がよく出ているので自然な流れで（1 ヶ月）
- ・楽だし経済的（1 ヶ月）
- ・子どもとのふれあい、スキンシップがある（1 歳）
- ・赤ちゃんとより密着できると思った（3 ヶ月）
- ・母乳育児が流行っている（0 ヶ月）
- ・震災など何かあったときに、ミルクはないと困るが母乳なら自分がいれば大丈夫だから（1 ヶ月）
- ・母乳はわが子専用仕様。一番合うものと思う（1 歳）
- ・自分のとったもので栄養を与えたい（3 ヶ月）

母乳を飲んでいる子どもの顔を見ているのが幸せ

Q2. 母乳育児で楽しいと思うこと、幸せに感じることはなんですか？（複数回答）

図2) 母乳育児で楽しいと思うこと、幸せに感じることはなんですか？（複数回答）



母乳育児で楽しいと思うこと、幸せに感じることは、約9割にあたる88人が「飲んでいるときの子どもの顔を見て」と答えました。次いで12人が「自分を必要としている」ことと答え、母親にしかできない授乳に幸せを感じていることがわかりました。また「子どもとの一体感、密着感がある」も10人と、母子は一心同体というような感覚を覚えるようでした。そして「飲むと泣き止む」と答えたママも2人いました。

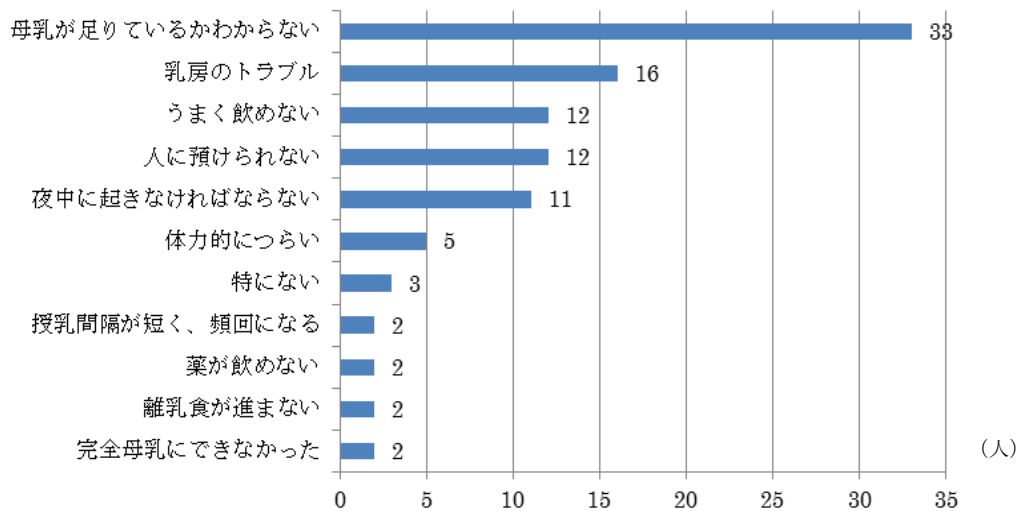
【HOT VOICE】

- ・ママの目を見て一生懸命おっぱいを飲んでいるのを見ると幸せを感じる（3 ヲ月）
- ・吸ってくれるだけで幸せ（0 ヲ月）
- ・自分の胸の中におっぱいを探す子どもの様子がかわいい（1 ヲ月）
- ・赤ちゃんが自分の体から出る母乳を直接吸っている姿、おいしそうに吸っている姿を見て幸せに思う（1 ヲ月）
- ・近くで表情が見られる、子どもを独占している感じ（2 ヲ月）
- ・ママしかできないと実感できる（3 ヲ月）

母乳が足りているのかわからない、飲んでいる量がわからないことへの不安が大きい

Q3. 母乳育児でつらい、難しいと思うことはなんですか？

図3) 母乳育児でつらい、難しいと思うことはなんですか？（複数回答）



Q2 とは逆に、母乳育児でつらい、難しいと思うことで最も多かったのは、「母乳の量が足りているのか常に不安」「母乳を飲んでいるのかわからない」など、「母乳が足りているのかわからない」ことを3分の1にあたる33人のママがあげました。次いで乳腺炎や乳首に傷ができるなど「乳房のトラブル」が16人、赤ちゃんが「うまく飲めない」と「人に預けられない」が12人ずつと上位にあがりました。また、11人が「夜中に起きなければならない」、5人が「体力的につらい」と答え、ミルクと違い、人に代わってもらえない辛さがあるようです。「特にない」は3人、「授乳間隔が短く、頻回になる」「薬が飲めない」「離乳食が進まない」「完全母乳にできなかった」がそれぞれ2人ずつでした。薬の母乳への影響を心配するママはエンゼル110番の電話相談にも多く寄せられます。また完全母乳を母乳育児の理想とし、それがかなわなかったことに思いを残すママもいるようです。

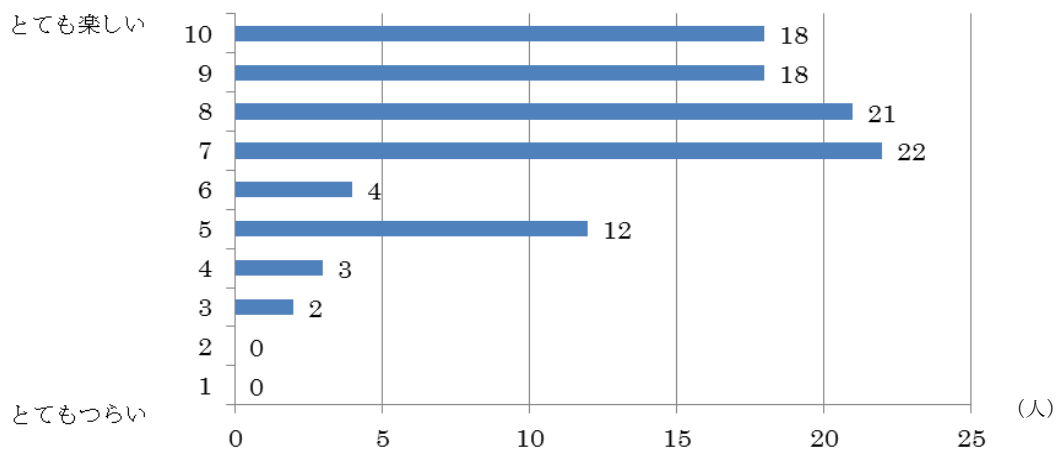
【HOT VOICE】

- ・ 哺乳量がわからず足りているか心配 (0 ヶ月)
- ・ 体重が増えてこない。いつミルクを足そうか悩んでいた (8 ヶ月)
- ・ 新生児の頃は乳腺が詰まったり痛みがあったり、頻回授乳で寝られなかったり大変だった (3 ヶ月)
- ・ しこりができやすい。噛まれる (10 ヶ月)
- ・ 乳腺炎を繰り返し、乳首のトラブルもあって痛くてつらかった (1 ヶ月)
- ・ 0 ヶ月は乳首にうまく吸いつけずかわいそうだった (2 ヶ月)
- ・ 人に預けられない。人目が気になるので、外で母乳を与えられない (0 ヶ月)
- ・ ちょくちょく与えなければならない (1 ヶ月)
- ・ 夜中に起きなければいけない (1 ヶ月)
- ・ 体力的にしんどい (1 歳)

母乳育児は「楽しい」

Q4. 「とても楽しい」を10、「とてもつらい」を1として、今の気持ちを数字で表すとしたらいくつですか？

図4) 今の気持ちを数字で表すとしたらいくつですか？ (N=100)



今の母乳育児に対するママの気持ちを数字で表してもらったところ7~8が一番多く、7以上は全部で79人と約8割を占めました。最高評価の10も18人と約2割を占め、母乳育児を楽しいものにとらえているママが多いことがわかりました。5は12人で、「母乳育児は楽しさとつらさが半分ずつ」といった声が多くありました。母乳が出て母乳育児がうまくいっているママほど点数が高く、乳首の傷や乳腺炎などのトラブルなど、つらさもあるけれど総合評価をすると母乳育児は楽しいと思えているようです。

【HOT VOICE】

- ・今のところ困ったことも難しいと思っただけなく幸せだが、これから預けたりするときはどうしようかと思う（3 ヶ月 評価 10）
- ・今だから 10。月齢が小さい頃だと点数はもっと低いと思う（7 ヶ月 評価 10）
- ・頻りに授乳があるとつらいので 10 の数字はつけにくい（2 ヶ月 評価 8）
- ・フライドポテトや甘いものが思いっきり食べたい！（3 ヶ月 評価 8）
- ・まだ生まれて 3 週間で何もかも不安（0 ヶ月 評価 5）
- ・途中で思うように出なくなって申し訳ない気持ちでいっぱい（2 ヶ月 評価 5）
- ・楽しいこともあるが、つらいこともあるので半々というところ（5 ヶ月 評価 5）
- ・飲ませる姿勢の調整や抱き方など大変なことがいろいろある（0 ヶ月 評価 3）

【まとめ】

今回のレポートで母乳への意識をアンケートして、予想以上に多くのママが母乳育児を楽しんでいると感じ、母乳の良さを実感していると思いました。「自分が与える」「母親にしかできない」「今は離乳食も食べていないので、私の母乳だけで育てていると思うと『誇り』を感じる」「自分のエネルギーを子どもに与えている感じ」「自分だけの特権」などの声もあり、母乳を与えていることへの自信が強く感じられました。

その反面、「母乳は飲んでいる量がわからないので、不安。その点ミルクは量がわかるので安心感がある」「やはり夜間の授乳が厳しい」「完全母乳だが、かえって混合のほうがよかったと後悔している」という意見もありました。

それでも「授乳中は子どもの幸せそうな顔を独占している気分で、自分も幸せな気持ちになる」という声がすべてのママの気持ちを言い表しているように感じました。

調査の概要

- 対象 : 「エンゼル 110 番」に電話をいただいた、母乳で子育て中のママ 100 人（混合授乳も含む）
- 調査方法 : 電話による聞き取り調査
- 調査期間 : 平成 26 年 7 月 1 日～7 月 31 日
- 対象者の属性 : 「母親の年齢」20 代…32 人、30 代…62 人、40 代…6 人
「子どもの年齢」
3 ヶ月以下…57 人、4～7 ヶ月以下…24 人、8～11 ヶ月以下…12 人、
1 歳～1 歳 3 ヶ月…7 人