

II 離乳編

1 離乳に関する現状

1 離乳食の開始及び完了

離乳食の開始時期は、10年前に比べ、「4か月」と回答した者が25.0%から10.9%に減少する一方、「6か月」が18.4%から28.6%に増加するなど、「5か月」以降が昭和60年には53.0%だったが、平成7年には67.3%、平成17年には84.4%に増加し、開始時期は遅くなる傾向がみられた(表1)。同様に完了時期についても、10年前に比べ、「12か月」が減少し、「13～15か月」、「16～18か月」が増加するなど、遅くなる傾向がみられた(表2)。

また、離乳食開始の目安については、「月齢」が75.8%と最も多く、次いで「食べものを欲しがるようになった」が47.5%、「体重などの発育状態」が16.8%の順だった(図1)。

表1 離乳食の開始時期

時期	昭和60年	平成7年	平成17年*
3か月未満	1.3	0.6	0.4
3か月	10.8	7.0	4.2
4か月	34.9	25.0	10.9
5か月	32.3	43.5	47.6
6か月	15.5	18.4	28.6
7か月以降	5.2	5.4	8.3

* 離乳食を開始していない場合及び「不詳」を除く(n=2,596)

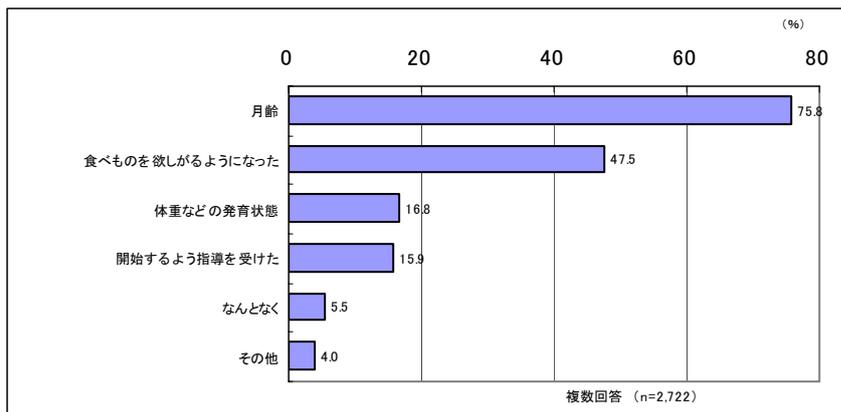
表2 離乳食の完了時期

時期	平成7年	平成17年*
9か月以前	4.1	2.0
10～11か月	15.6	8.0
12か月	60.8	47.9
13～15か月	11.7	22.4
16～18か月	6.7	15.5
19か月以降	1.0	4.2

* 離乳食を開始・完了していない場合及び「不詳」を除く(n=1,958)

資料:厚生労働省「平成17年度乳幼児栄養調査」

図1 離乳食の開始の目安



資料:厚生労働省「平成17年度乳幼児栄養調査」

2 離乳食の進め方

離乳期に与えたことのある食品について、米については離乳初期（5～6 か月）から7割を超え、じゃがいも、にんじん、かぼちゃも5割近く使用されている。一方、離乳の開始のころから調理法に気をつければ用いてもよいとされている「卵黄」は、離乳後期で5割を超えるなど、使用開始が遅い食品もみられる（表3）。

表3 離乳期に与えたことのある食品

(50%以上 75%未満：____、75%以上：____)

与えたことのある食品		離乳期区分			
食品		離乳初期 (5～6 か月) (1,430 人)	離乳中期 (7～8 か月) (1,136 人)	離乳後期 (9～11 か月) (1,529 人)	離乳完了期 (12～15 か月) (1,104 人)
穀類					
米		1,070 (74.8)	1,099 (96.7)	1,499 (98.0)	1,080 (97.8)
パン		440 (30.8)	820 (72.2)	1,395 (91.2)	1,054 (95.5)
いも					
じゃがいも		656 (45.9)	1,010 (88.9)	1,480 (96.8)	1,070 (96.9)
さつまいも		536 (37.5)	903 (79.5)	1,379 (90.2)	1,024 (92.8)
たんぱく質性食品					
全卵		22 (1.5)	146 (12.9)	806 (52.7)	857 (77.6)
卵黄		138 (9.7)	426 (37.5)	801 (52.4)	636 (57.6)
豆腐		457 (32.0)	961 (84.6)	1,440 (94.2)	1,058 (95.8)
納豆		17 (1.2)	310 (27.3)	984 (64.4)	912 (82.6)
大豆		54 (3.8)	248 (21.8)	816 (53.4)	771 (69.8)
白身魚		371 (25.9)	836 (73.6)	1,371 (89.7)	1,016 (92.0)
赤身魚		2 (0.1)	78 (6.9)	454 (29.7)	589 (53.4)
サバ		3 (0.2)	18 (1.6)	165 (10.8)	345 (31.3)
鶏肉		100 (7.0)	498 (43.8)	1,181 (77.2)	938 (85.0)
豚肉		7 (0.5)	87 (7.7)	728 (47.6)	831 (75.3)
牛肉		5 (0.3)	51 (4.5)	439 (28.7)	599 (54.3)
牛乳		51 (3.6)	178 (15.7)	491 (32.1)	729 (66.0)
ヨーグルト		326 (22.8)	762 (67.1)	1,293 (84.6)	1,015 (91.9)
野菜・果物					
にんじん		706 (49.4)	1,015 (89.3)	1,450 (94.8)	1,045 (94.7)
かぼちゃ		690 (48.3)	1,012 (89.1)	1,441 (94.2)	1,040 (94.2)
ほうれん草		547 (38.3)	931 (82.0)	1,399 (91.5)	1,033 (93.6)
大根		266 (18.6)	670 (59.0)	1,319 (86.3)	1,019 (92.3)
きゃべつ		190 (13.3)	525 (46.2)	1,101 (72.0)	891 (80.7)
たまねぎ		169 (11.8)	547 (48.2)	1,156 (75.6)	924 (83.7)
りんご		770 (53.8)	975 (85.8)	1,388 (90.8)	1,040 (94.2)
みかん		375 (26.2)	588 (51.8)	1,097 (71.7)	917 (83.1)

資料：平成17年度児童関連調査研究等事業報告書「授乳・離乳の新たなガイドライン策定のための枠組に関する研究」（主任研究者：堤ちはる）