

2人に1人以上が悩む「授乳」の選択肢をピジョンが提案！ 「さく乳器／母乳保存」グッズを利用している約90%の人が、 パートナーの「育児参加」「子どもとの十分なスキンシップ」を実感 ～助産師もおすすめる「さく乳」「母乳保存」という選択肢を持つこと～

ピジョン株式会社(本社:東京、社長:北澤 憲政)は、2021年8月1日(日)～8月7日(土)の「世界母乳育児週間」*に向け、日本の母乳育児や子育てを支援していくことを目的に、「母乳育児と授乳関連商品に関する調査」を実施しました。本リリースの内容を利用の際には「ピジョン調べ」と記載ください。

* ユニセフとWHO（世界保健機関）が1990年に制定。



調査結果トピックス

- ① ママの約60%が「授乳」について悩んでおり、約40%がトラブルを抱えているという結果に。
- ② 授乳に関するリアルなママの声を公開！
「母乳過多で乳腺炎に」「授乳をさく乳した母乳やミルクで交代してくれて嬉しかった」等の声も。
- ③ お悩みママの半数以上が「さく乳/母乳の冷凍・冷蔵保存」の必要性を実感。
そのうち約70%が「母乳の冷凍・冷蔵保存を使用していない」ことがわかった。
- ④ さく乳/母乳保存グッズの使用メリットのランキングは1位「胸の張りが解消できる」、
2位「父親や家族も授乳ができる」。“機能面”以外のメリットにも注目するママが多数いると明らかに。

また、パートナーの「育児参加」「子どもとの十分なスキンシップ」をグッズ利用者の約90%が実感していることがわかった。
- ⑤ さく乳/母乳保存グッズを使用している人の約80%以上が、
出産前に「さく乳」「母乳の冷凍・冷蔵保存」の正しい知識を求めていることもわかった。

【調査概要】 ※小数点第二位を四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります。

・調査方法：インターネット調査 ・調査時期：2021年6月

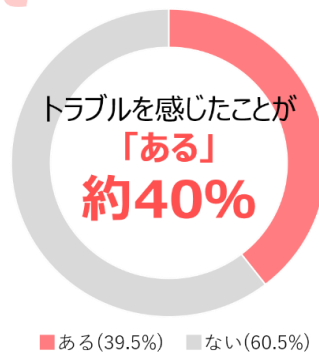
・調査対象：日本全国の0～3ヵ月未満の初子を持つ20～40代女性200名、全国の2人以上の子どもを持つ末子が1歳未満の20～40代女性200名

① ママの約60%が「授乳」について悩んでおり、約40%がトラブルを抱えているという結果に。

Q 低月齢（0-3ヵ月頃）の育児で授乳について悩んだことはありますか？



Q 低月齢（0-3ヵ月頃）の育児で、授乳トラブルを感じたことはありますか？



日本全国の育児中の20~40代女性（詳細は調査委方法参照）400名に対し、『低月齢（0-3ヵ月頃）の育児で、授乳について悩んだことはありますか？』と聞いたところ、58%が「ある」、42%が「ない」と回答。また、『低月齢（0-3ヵ月頃）の育児で、授乳トラブルを感じたことはありますか？』と聞いたところ、39.5%が「ある」、60.5%が「ない」という結果に。

「授乳」に対して約60%が悩んでおり、約40%がトラブルを感じたことがあることが明らかとなった。

② 授乳に関するリアルなママの声を公開！

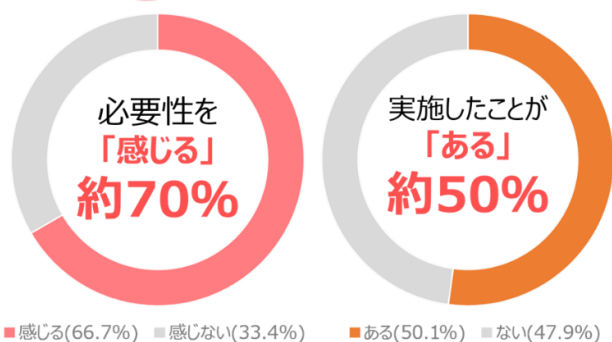
「母乳過多で乳腺炎に」「授乳をさく乳した母乳やミルクで交代してくれて嬉しかった」等の声も。

授乳についての悩みが「ある」と答えた人(n=165)に『具体的にはどのようなことで悩んでいますか？』と聞いたところ、「母乳が足りてるのか不安」「溜まりすぎて痛みがでる」「頻度が多く疲れた」「（赤ちゃんが）上手く吸ってくれない」「母乳過多で乳腺炎になった」など、**母乳の量や飲ませ方、頻度についての悩みが多い結果に。**

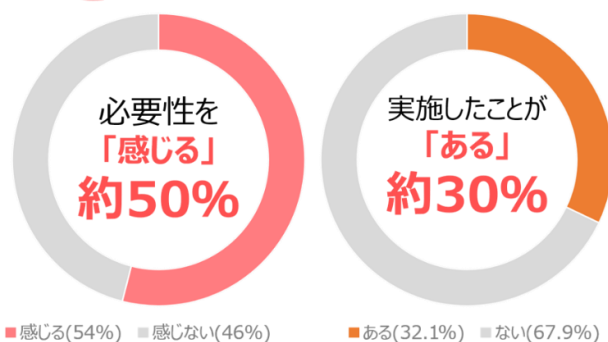
また、全員に『授乳に関して、パートナーに言われて嬉しかった言葉』を聞いたところ、「いつもありがとう」「協力してやっていこう」など、感謝や気遣う言動が嬉しかったという回答が最も多く寄せられた。一方、「自分があげるから、ゆっくり寝たほうがいいよ」「さく乳(した母乳)やミルクであげるから、代わるよ」など、**授乳を代わってくれたことが嬉しかった**という回答も多く寄せられる結果となった。

③ お悩みママの半数以上が「さく乳/母乳の冷凍・冷蔵保存」の必要性を実感。そのうち約70%が、「母乳の冷凍・冷蔵保存を使用していない」ことがわかった。

Q あなたは「さく乳」を行っていますか？



Q あなたは「母乳の冷凍・冷蔵保存」を行っていますか？



授乳の悩み（トラブル）が「ある」と回答した人を対象に、「さく乳」や「母乳の冷凍・冷蔵保存」の、必要性や実施の有無を聞いたところ、「さく乳」は66.7%、「母乳の冷凍・冷蔵保存」は54%の人が必要性を感じると回答。一方で、実施率では「さく乳」は50.1%、「母乳の冷凍・冷蔵保存」では32.1%となり、**必要性を感じているにもかかわらず、実施していない割合が大きく下回る結果**となった。

**④さく乳器/母乳保存グッズの使用メリットのランキングは
1位「胸の張りが解消できる」、2位「父親や家族も授乳ができる」。
“機能面”以外のメリットにも注目するママ多数いると明らかに。**



「さく乳/母乳保存グッズ」の使用で、どのようなメリットがあると思いますか？

	1位 胸の張りが解消できる	78.4%
	2位 父親や家族も授乳ができる	61.9%
	3位 母乳を無駄にしなくて済む	51.5%



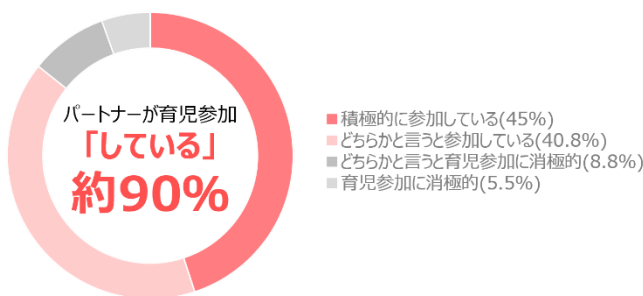
『授乳をする際に、実践していること』として、24.3%の人が「さく乳器/母乳保存グッズ」を使用していると回答。その使用者を対象に、『さく乳器/母乳保存グッズを使用することでのメリット』を聞いたところ、1位は「胸の張りが解消できる（78.4%）」、2位は「父親や家族も授乳ができる（61.9%）」、3位は「母乳を無駄にしなくて済む（51.5%）」という結果に。

胸の張りを解消するなどの、さく乳器・母乳保存グッズの機能面以外にも、“自分以外の人も授乳ができること”をメリットと感じているママが多く、「自分以外に授乳をお願い出来る」「トラブル時おっぱいを休められる」等の声が寄せられた。

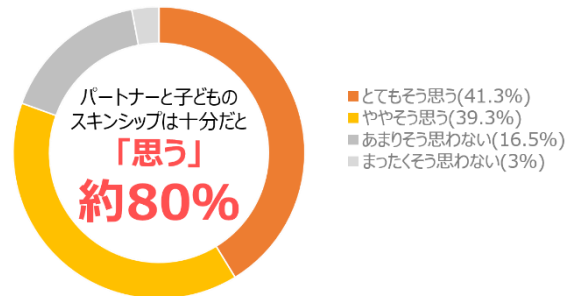
**また、パートナーの「育児参加」「子どもとの十分なスキンシップ」を
グッズ利用者の約90%が実感していることがわかった。**



パートナーは育児参加していますか？



パートナーは子どもと十分にスキンシップが取れていると思いますか？



さく乳器/母乳保存グッズ使用者を対象に『パートナーは育児参加していますか』、『パートナーは子どもと十分にスキンシップが取れていると思いますか』と聞いたところ、「(パートナーが) 育児に参加している（89.7%）」「子どもとスキンシップが取れている（88.7%）」と感じていることが判明。

さく乳器/母乳保存グッズを使用している**約90%の家庭がパートナーの「育児参加」や「子どもとの十分なスキンシップ」を実感していることが明らか**となった。

④ さく乳器/母乳保存グッズを使用している人の約80%以上が、 出産前に「さく乳」「母乳の冷凍・冷蔵保存」の正しい知識を求めていることもわかった。



さく乳と母乳の冷凍・冷蔵保存に対して、産前に正しい知識を持っておきたかったと思いますか？



- とてもそう思う(62.9%)
- ややそう思う(25.8%)
- あまりそう思わない(9.3%)
- まったくそう思わない(2.1%)



- とてもそう思う(49.5%)
- ややそう思う(2.9%)
- あまりそう思わない(16.5%)
- まったくそう思わない(4.1%)

さく乳器/母乳保存グッズ使用者(n=97)を対象に、『さく乳と母乳の冷凍・冷蔵保存に対して、産前に正しい知識を持っておきたかったと思いますか』と聞いたところ、「さく乳」は約90%(88.7%)、「母乳の冷凍・冷蔵保存」は約80%(79.4%)の人がそう思うと回答。使用者の約80%以上が産前に正しい知識を知りたかったと感じていることが明らかとなった。

授乳に悩むママにピジョンが伝えたいこと。 育児に関する正しい情報を発信することでより幸せな育児を応援！

今回の調査結果からも、育児に関する「正しい知識」を出産前から求めているママが多くいることが明らかとなりました。ピジョンはそんなママのために、先輩ママの声や助産師からの助言を元に、様々な情報発信を行っています。今後も、ピジョンは、さく乳・母乳保存をはじめとする育児の「正しい知識」で、産前からママの選択肢を増やすことでより幸せな育児をサポートしていきます。

<参考例：先輩夫婦の母乳育児についてのコメント>



Aさん夫婦

「赤ちゃんはみんなで育てたい」という気持ちが強かったので、夫はもちろん、両親や友人も授乳ができるので、たくさんの人と関わりながらオープンな育児ができて幸せです。また、自分ひとりの時間を気軽にもつことができ、リフレッシュすることができました。



Tさん夫婦

授乳で体力・睡眠不足になった際に、冷凍母乳を活用し、夫が帰宅してから私は2時間ほどゆっくり仮眠を取って、その間の授乳は夫が担当するという流れにしていました。

■ 参考記事

・母乳育児をもっと自由に。「肩の力をもっと抜いていいんだと思えた」——2組の夫婦の体験談

<https://pigeon.info/bonyu/article-283.html>

・先輩パパに聞く！ ゆとりある育児のために、産後実践するべきこと

<https://comodo.life/everyday/article-1157.html>

助産師もおすすめる、「さく乳」「母乳保存」という選択肢を持つこと

「さく乳」「母乳保存」という選択肢を持つことで、母乳育児をもっと自由に。ママの生活をもっとフレキシブルに！

十数年前は、「ママの仕事復帰＝卒乳・断乳」というイメージが強かったのですが、近年は一緒にいられない間はさく母乳で対応して、仕事復帰後も母乳育児を続けているケースも多くみられるようになりました。さく乳が一般的になってきたことで、仕事だけでなくさまざまな理由でママと赤ちゃんが一緒にいられない状況でも、母乳育児を続けられるようになってきたと感じています。たとえば、母乳量を可視化して哺乳量を管理したり、乳頭の状態や乳頭混乱（※）などが原因で直接授乳が難しい赤ちゃんに母乳をあげたり、ママの睡眠や休息をとるために家族に授乳をしてもらったりするときにさく乳を活用するケースなどです。

「さく乳」という選択肢を持っておくと、このようにいろいろな場面で役立ちます。そのため授乳方法と同様に、さく乳についても多くの方に知ってもらいたいなと思っています。

さく乳は、正しい手順、さく乳器の選び方と使用方法だけでなく、さく乳した母乳の正しい保存方法や活用方法を知ることが大切です。知っておくことが選択肢を増やす第一歩。選択肢を多く持つことで育児が少しでもラクになったり、ママたちが自分たちに合った育児ができるようになったりすることを願っています。

さく乳の正しいやり方が分からない、不安があるようなときは、母乳外来や母乳相談室などでぜひ助産師に相談してくださいね。

※乳頭混乱とは：赤ちゃんが哺乳瓶（人工乳首）を好み、おっぱいでの授乳を嫌がってしまうこと。

- ・搾乳器は目的に合わせ正しく選ぼう！助産師が搾乳器をチェックする5つのポイント

<https://pigeon.info/bonyu/article-265.html>

- ・母乳を冷凍保存・解凍するときのポイントや注意点のまとめ

<https://pigeon.info/bonyu/article-276.html>

【助産師 榎本美紀先生プロフィール】

2001年に助産師免許取得後、杏林大学医学部付属病院・さいたま市立病院・順天堂大学練馬病院の勤務を経て、2013年に埼玉県さいたま市に訪問型の助産院「みき母乳相談室」を開業。

病院勤務での経験を元に、母乳育児支援の国際ライセンスである、国際ラクテーションコンサルタントとして、地域の母乳育児を支援している。訪問時の相談は、母乳だけではなく離乳食や抱っこひも、スキンケア、寝かしつけなど多岐にわたる。また、おむつなし育児アドバイザーとして、トイレトレーニングなどの相談も受け付けている。自身も一児の母として子育てに奮闘中。



- ・「みき母乳相談室」<http://miki-bonyu.net/>

<関連情報>

■ピジョン さく乳器 母乳アシスト

さく乳器、母乳保存用品に関する情報サイトです。<https://pigeon.info/breastpump/>

■ピジョン 育児イマ LABO

イマドキ育児を実践する家族をピジョンが徹底調査し、これから育児が始まるプレママ・プレパパと、今まさに育児真っ最中のみなさまに新しい育児のカタチをお届けしていきます。<https://pigeon.info/lab/>

