



BFH(Baby Friendly Hospital)  
赤ちゃんにやさしい病院

岩手県立磐井病院  
母乳育児推進委員会  
委員長 天沼 史孝



# 保育施設でも母乳育児支援のご協力を！

## 保育所保育指針(児童福祉法)には

「母乳育児を希望する保護者のために、衛生面を配慮し、冷凍母乳による栄養法などで対応する」とあります。

日本の90%以上のお母さんが母乳で育てたいと願っているにもかかわらず、それが当たり前ができない社会になっています。

お母さんの母乳育児の思いを受け止め、安心して続けられる環境を整えてあげることは大事な役割だと考えます。

## 卒乳は母と子が決めるもの



保育園に入ったら、母乳は止めましょうと声かけてはいませんか？

卒乳は周囲が決めるものではなく、母と子のタイミングで決めるものです。授乳は親子の絆形成にとっても重要です。WHO/ユニセフは生後6ヶ月まで母乳だけで育て、2歳まで母乳育児を続けることを推進しています。お母さんを温かく支援し見守るためには、周りのみなさんの協力がが必要です。

母乳の保存期間について掲載しましたので、ご参考にして頂ければ幸いです。ご質問等ありましたら、いつでもお問い合わせください。

保存条件	保存期間
室温(～25℃)	4時間(4時間以内であれば冷凍保存可)
冷蔵庫(4℃)	5日間
解凍母乳	24時間(冷蔵庫内)、4時間(室温で)
家庭用2ドア冷凍庫	6ヶ月(3ヶ月目安での使用をおすすめします)

参考資料: 大山牧子「母乳で育てられている赤ちゃんとお母さんに優しい保育所をめざして」

注意点: 母乳は電子レンジや熱湯で加温すると成分が壊れてしまいますので、40～45度のお湯で温めます。また、保存期間はあくまで目安ですので、母乳は生ものとして出来るだけ早めに使用します。

