

4 月は新人ワーママが最も増える時期
働くママに聞いた、育児で大変なこと
「第 1 位は食事」忙しくても栄養にはこだわりたい
5 か月から抵抗をもたずに与えられる栄養バランスのよい離乳食が新登場
【生後 5 か月～12 か月の子どもを持つ働くママに意識調査を実施】

雪印メグミルクグループの雪印ビーンスターク株式会社（本社：東京都新宿区 代表取締役社長：平田公孝）は、離乳食を開始している生後 5 か月～12 か月の子どもを持つ女性 計 149 人（20 歳～39 歳）を対象に、離乳食に関する意識を把握することを目的として、2017 年 10 月 27 日～10 月 31 日にインターネット上で意識調査を実施いたしました。

■「離乳食に関する意識調査」調査概要

調査期間：2017 年 10 月 27 日～10 月 31 日

調査方法：インターネットリサーチ

調査対象：仕事に復帰していて、離乳食を開始している生後 5 か月～12 か月の子どもを持つ女性（20 歳～39 歳）計 149 人

※本リリースの調査結果をご利用いただく際は、【雪印ビーンスターク株式会社】とご明記ください。

TOPICS

■働くママが、育児で最も大変に感じることの 1 位は「食事」

理由は「栄養バランスを考えなければいけないから」が最多「時間がかかるから」なども上位に

■仕事に復帰してからベビーフードに頼りたいと思った人は約 8 割にも上り、実際に使用している人も 7 割越えの結果に

■市販のベビーフードを選ぶ際に最も重視しているものは、「栄養バランス」が第 1 位

■ベビーフードを使用したいという意見が多い中、「保存料などが気になるから」、「栄養が心配」との理由で抵抗がある人は 4 割程度
栄養バランスは 99%の人が大切と回答

■子どもに取らせたい野菜、第 1 位は「ほうれん草」、2 位「にんじん」3 位「かぼちゃ」、続いて「ブロッコリー」という結果に

【雪印ビーンスターク株式会社の企業概要】

私たち雪印ビーンスタークは赤ちゃんとお母さんをはじめ家族の健康といきいきした暮らしをサポートいたします。

設立：平成 14 年 8 月 7 日 代表者：代表取締役社長 平田公孝

URL：<http://www.beanstalksnow.co.jp/>

■まめこみひろば URL：<https://www.mamecomi.jp/>

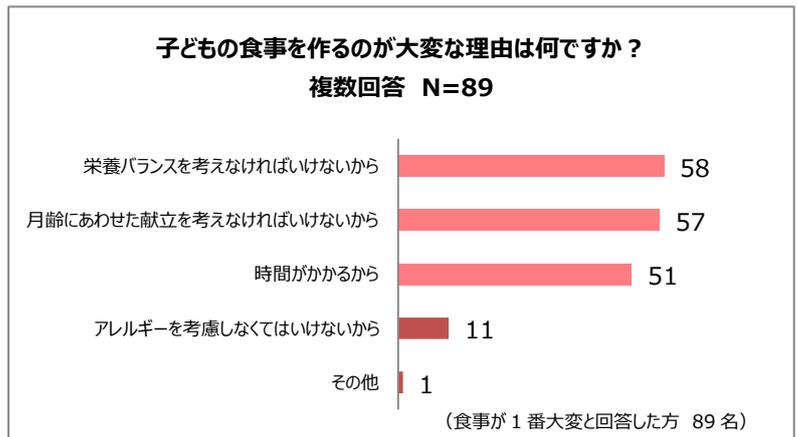
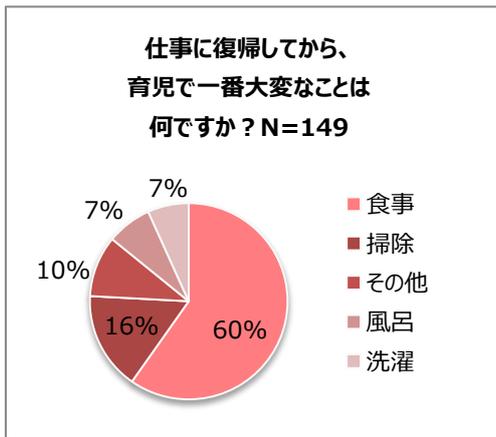
■その他商品情報 URL：<http://www.beanstalksnow.co.jp/product/>

調査結果詳細

■働くママが、育児で最も大変に感じることの1位は「食事」

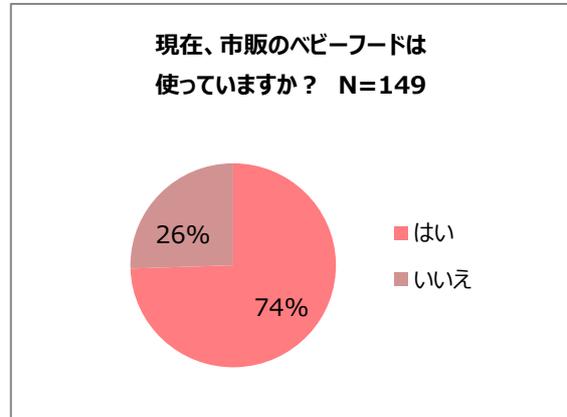
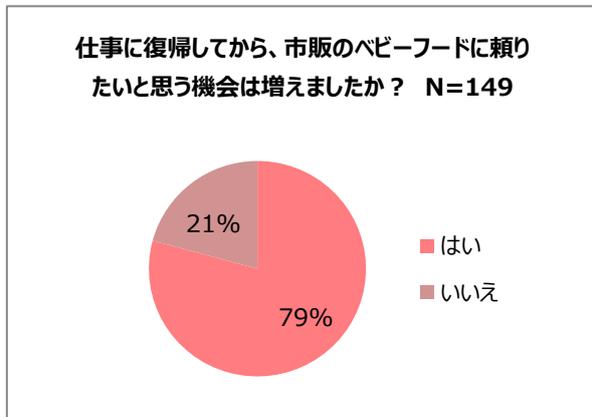
理由は「栄養バランスを考えなければいけないから」が最多「時間がかかるから」なども上位に

出産後働き始めているママに、「仕事に復帰してから、育児で一番大変なことは何ですか？」と聞いたところ、最も多かった回答は「食事」の60%で、続く「掃除」の16%と比較すると、大きく差をつけた結果となりました。その理由としては、「栄養バランスを考えなければいけないから」と「月齢にあわせた献立を考えなければいけないから」が上位に、次いで「時間がかかるから」が多い結果に。忙しく働くママの「仕事」と「育児」の両立の難しさを伺える結果となりました。



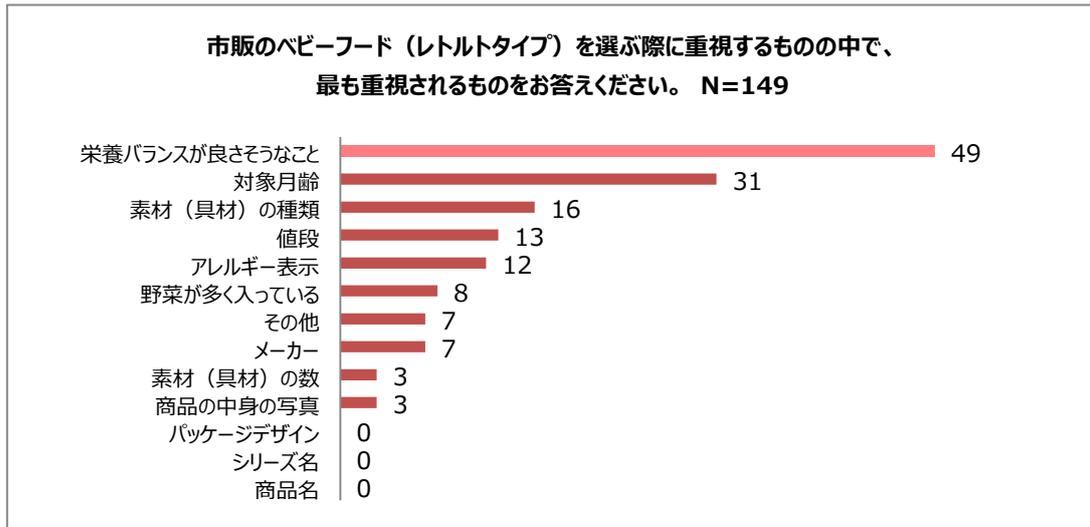
■仕事に復帰してからベビーフードに頼りたいと思った人は約8割にも上り、実際に使用している人も7割越えの結果に

また、食事の用意を大変と感じている人の多さが明らかとなりましたが、「仕事に復帰してから、市販のベビーフードに頼りたいと思う機会は増えましたか？」と聞いたところ、「はい」の回答がなんと約8割（79%）という結果に。ベビーフードを実際に使用している人は約7割（74%）となり、使用率の高さが顕著に。使用理由には「忙しいときにすぐ作れて便利」、「夫に頼むときに使っている」、「自分で作る時の参考になる」といったコメントが。働くママにとって、ベビーフードが簡単に子どもの食事を用意できる“時短アイテム”として考えられているのではないのでしょうか。女性の社会進出が加速し、限られた時間を効率的に使う必要がある働くママにとって、ベビーフードはマストアイテムになりつつあるのかもしれない。



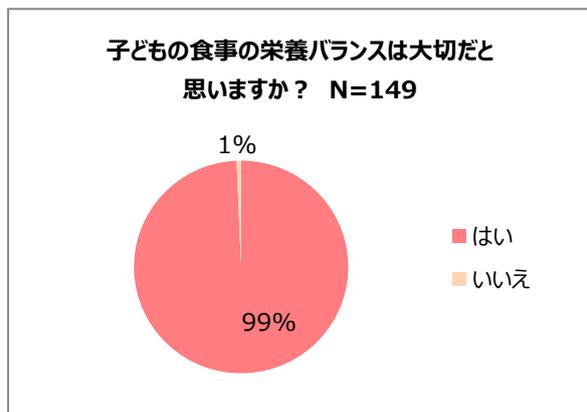
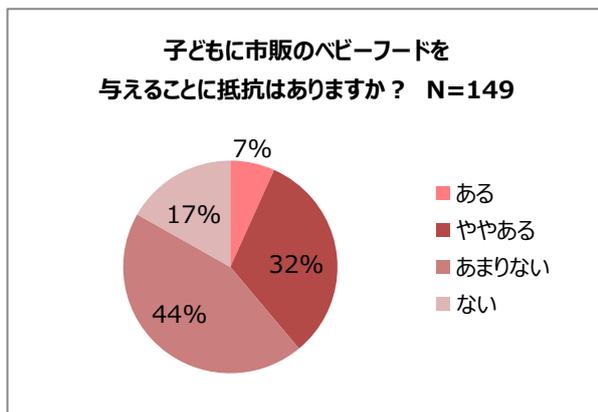
■市販のベビーフードを選ぶ際に最も重視しているものは、「栄養バランス」が第1位

ベビーフードを購入する際、ママたちは多くの製品から何を重視して選択しているのでしょうか？「市販のベビーフードを選ぶ際に重視するものの中で、最も重視されるものをお答えください。」と聞いたところ、最も多い回答が「栄養バランスが良さそうなこと」で、次いで「対象月齢」、「素材（具材）の種類」という結果に。



■ベビーフードを使用したいという意見が多い中、「保存料などが気になるから」、「栄養が心配」等の理由で抵抗がある人は4割程度
栄養バランスは99%の人が大切と回答

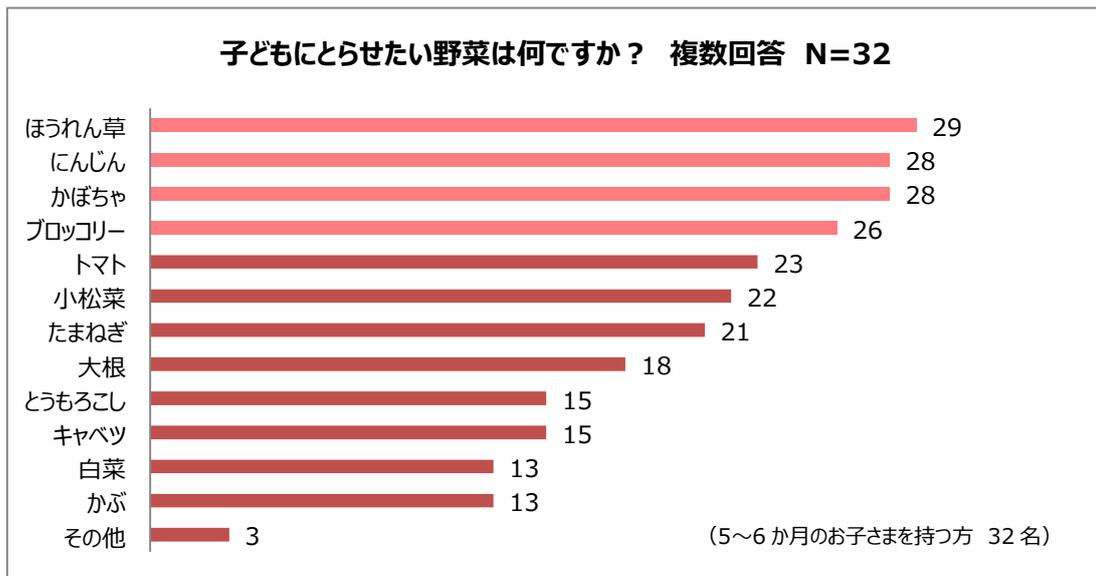
ベビーフードの使用に関しては、与えることに抵抗がある人（「ある」、「ややある」と回答した人の合計）は約4割（39%）いることが判明しました。その理由としては「保存料が気になるから」、「栄養が心配」、「できれば手作りの物をあげたいから」などで、抵抗をもちながらベビーフードを使用するママの複雑な気持ちが表れる結果となりました。他にも、「子どもの食事の栄養バランスは大切だと思いますか？」という質問に対し、99%のママが「はい」と回答したことから、忙しくても栄養のある食事をとらせたいと思う親心が十分に読み取れます。



■子どもにとらせたい野菜、第1位は「ほうれん草」、2位「にんじん」3位「かぼちゃ」、続いて「ブロッコリー」という結果に

では、ママは子どもにどんな野菜を食べさせて、栄養バランスを保ちたいのでしょうか？

にんじん、ほうれん草、ブロッコリー、かぼちゃ、たまねぎ、小松菜、トマト、大根、キャベツ、白菜、かぶ、とうもろこし、その他の選択肢から、子どもにとらせたい野菜を聞いたところ、1位は「ほうれん草」2位「にんじん」、3位が「かぼちゃ」、続いて「ブロッコリー」という結果に。特に、子どもが低月齢のときは、野菜を裏ごししなければならず、時間も手間もかかって大変。加えて、野菜の価格高騰など、一度に多くの野菜をとらせることは、経済的にも負担がかかってしまいます。



◆子どもにとらせたい野菜ランキング、1位に輝いた「ほうれん草」&「にんじん」の栄養素とは？

ほうれん草・にんじんといった緑黄色野菜にはカロテンが多く含まれます。

カロテンは体に必要な分だけビタミンAに変換され、粘膜を強化し体を病気やケガから守り、免疫力を高めてくれます。

大人の場合は1日に摂取が望ましい野菜の量の35%位を緑黄色野菜から摂るのが理想的です。赤ちゃんの場合も1回のお食事に1~2品の緑黄色野菜を取り入れる事を目標にしましょう。

雪印ビーンスターク 管理栄養士 齋藤ゆかりさんからのコメント

お子さまの成長に重要であるとわかっているからこそ、ついママ達もがんばりすぎてしまうのが、お子さまの「食事作り」だと思います。忙しいママ達の負担を少なくするためにも「作り置き離乳食」やベビーフード（レトルトタイプ）で段取りよくすすめましょう。離乳食を手作りする際は、メインとなる「おかゆ」や味つけとなる「だし汁」、「ブロッコリー」や「にんじん」といった素材数種を、1週間分を目安に冷凍してストックしておきましょう。その際にお子さまの月齢にあわせた固さに調理し、小包装しておけば、すぐに調理できます。



そして、お子さまの「食事作り」に時間をかけられない時のために、ベビーフードも常備しておきましょう。月齢が進むにつれて、色々な食材をバランスよく赤ちゃんに与える事がより大切となってきますので、1食で素材がたくさん入っているベビーフードがオススメです。

<今回の調査結果の関連情報>

雪印ビーンスタークが、ベビーフード（レトルトタイプ）から2品、ベビーおやつから3品を2018年3月に新発売！「おいしく！楽しく！」のコンセプトのもとに、カラフルでポップなパッケージで新登場いたします。

※現行品のベビーフード全14品、ベビーおやつ全6品のパッケージも一新いたしました。

雪印ビーンスタークのベビーフード（レトルトタイプ）、ベビーおやつは全て、「保存料、着色料、香料不使用」ですので、安心してお使いいただけます。

■ベビーフード（レトルトタイプ）

6つの野菜の和風おかゆ／6つの野菜の中華風おかゆ

5か月頃の子どもから食べられるベビーフードで、子どもにとらせたいという声が多かった6種類の野菜（ほうれん草、にんじん、かぼちゃ、トマト、ブロッコリー、とうもろこし）のすりつぶしが入ったおかゆです。

容量：80g

月齢：5か月頃から

価格：160円（本体）



▼ベビーフード（レトルトタイプ）現行品



■ベビーおやつ

6つの野菜ポーロ

容量：60g（15g×4袋）

月齢：7か月頃から

価格：200円（本体）

えびと青のりおせんべい／小魚おせんべい

容量：20g（2枚×5袋）

月齢：9か月頃から

価格：200円（本体）



▼ベビーおやつ現行品

