

報道関係者各位

【2025年10月 育児・介護休業法改正】

トモイク
和光堂、“共育時代”における離乳食のあり方を提起する
『もぐもぐ白書』発表

育児の悩み第1位は「食事・離乳食」！
「子どもの食事の世話に関わりたい」パパは8割いる一方、
子どもの食事を夫婦で分担している家庭は約1割

～リアルな現代のママ・パパの育児の悩み・課題を調査～

アサヒグループ食品株式会社(本社 東京、社長 川原浩)は、2025年10月1日に離乳食に関する意識調査や日本ベビーフード協議会の自主規格、和光堂の品質基準など、「共育時代」における離乳食のあり方を提起する『もぐもぐ白書』を発表しました。

白書 URL: <https://community.wakodo.co.jp/community/mogumoguhakusho/mogumoguhakusho.pdf>



■本白書公開の背景

「育児・介護休業法改正」により、従業員 300 人超の企業には、自社のウェブサイトや厚生労働省の専用サイトなどで育児休業取得情報の公表が義務化され、男性の育児休業取得率も公表する必要があり、育児を社会全体でシェアする流れが加速しています。こうした中で、「共育(トモイク)」というキーワードが注目を集めています。

こうした社会的背景を受け、改めて離乳食に関する意識調査を実施し、『もぐもぐ白書』として発表いたします。

本白書は、ベビーフードの品質基準や活用の意義を改めて伝えるとともに、現代のママ・パパが抱える育児(特に食事面)の悩みや実態を浮き彫りにすることを目的としています。調査結果からは、栄養やアレルギー対応に加えて、子どもの「食べ方の成長」に応じた大きさ・やわらかさ・噛む力の配慮といった食設計の大切さが改めて明らかになりました。

さらに本白書では、ベビーフードの品質基準を知ることができるほか、和光堂が大切にしている「赤ちゃん品質」の設計思想や、誰もが安心して選べる商品づくりのこだわりについてもご紹介いたします。

■「もぐもぐ白書」について

『もぐもぐ白書』では、^{トモイク}共育時代における離乳食の重要性を改めて見直すとともに、正しい理解と安心感を広げることが目的としています。本白書では、育児中のママ・パパを対象に調査を実施し、子育てや食事に関する悩み、ベビーフードの役割、業界自主規格の認知状況、そして和光堂の独自品質基準などをテーマにデータを収集しました。これにより、現代の家庭における育児・食事の実態や課題を明らかにしています。

さらに、和光堂が大切にしている「安全・安心」へのこだわりや、赤ちゃんの発達段階に応じた「赤ちゃん設計」の考え方も紹介。ベビーフードの一口の大きさや柔らかさ、噛む力まで丁寧に配慮した商品づくりの背景を知ることができます。

<もぐもぐ白書 一部紹介>

第1章:乳幼児の食事に関する意識調査

育児の中心は“食事”！でも、正解がわからない？「共育時代」のママ・パパのリアルを調査

調査の結果、ママ・パパが最も育児で時間をかけていることは「食事」であることが分かりました。また、離乳食期の子どもの食事において、「栄養バランス」だけでなく、「月齢に合わせた食材の大きさや固さ」にも気をつけている人が多いことが明らかになりました。また、子どもの食事に関する悩みは尽きず、バランス良くおいしく食べてもらえるようなメニューの考案に多くの人が頭を悩ませています。

■育児で時間をかけていること1位は「食事」

育児で時間をかけていることランキング

1位 食事	51.5%	(n=1,000)
2位 睡眠	49.4%	
4位 子どものコミュニケーション	46.2%	
3位 遊び	46.3%	
5位 衛生管理 (おむつ交換など)	13.0%	

*あてはまるものを3つまで回答

■離乳食期の「赤ちゃんの食事」において重視するポイントは？

1位 栄養バランス	53.6%	(n=1,000)
2位 月齢に合わせた食材の大きさや固さ	44.9%	
3位 安全・安心な食材	41.8%	

*あてはまるものすべて回答

■育児の悩み「食事・離乳食に関すること」が第1位

育児で悩みや負担に感じていることランキング

1位 食事・離乳食に関すること	40.0%	(n=1,000)
1位 日中の遊び方・過ごし方	40.0%	
3位 寝かしつけ・夜泣きに関すること	35.3%	

*あてはまるものすべて回答

■子どもの食事・離乳食に関するリアルな悩みランキング TOP3

1位 栄養バランスが取れているか不安	33.6%	(n=1,000)
2位 毎日の献立を考えるのが大変	31.6%	
3位 食ベムラがある	25.0%	

*あてはまるものすべて回答

リアルな悩みの声

- ・大人と同じものが食べられないから別メニューを考えるのが大変…。(30代/埼玉県)
- ・ミルク以外のものを好んでくれない！(20代/山口県)
- ・遊び食べが多く、何回も注意してイライラして怒ってしまうことに罪悪感…。(20代/千葉県)



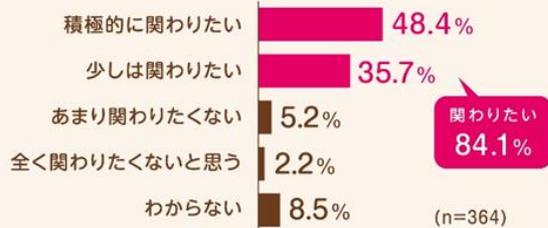
パパの育児参加に高まる期待。しかし、食事の分担にはまだ課題も。

2025年4月より育児・介護休業法が段階的に施行されておりますが、2025年10月に育児・介護休業法が改正されます。

2025年4月1日からの施行によって、従業員300人超の企業には、自社のウェブサイトや厚生労働省の専用サイトなどで育児休業取得情報の公表が義務化され、男性の育児休業取得率も公表する必要があります。これにより、パパの育児参加が社会的に可視化され、家庭内での役割分担、いわゆる「共育(トモイク)」の推進が期待されています。本調査では、育児・介護休業法改正をきっかけに「子どもの食事の世話に積極的に関わりたい」と答えたパパが8割以上いることが明らかになりました。一方で、現在の子どもの食事を「ママ・パパで分担している」と答えた家庭はわずかに約1割にとどまり、離乳食期の食事の世話に関する「共育」にはまだ課題があることがわかる結果となりました。

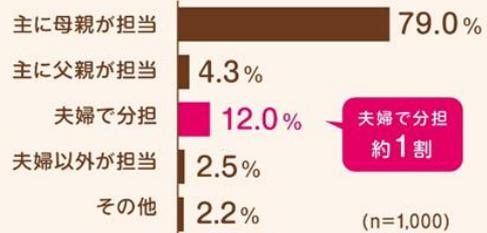
■法改正により、育休がとりやすくなったら…

「子どもの食事の世話に関わりたい」パパ**8割**超え！



■しかし現実には… 子どもの食事を

「ママ・パパで分担している」家庭はわずか**約1割**



■パパの**7割弱**が

離乳食期における「赤ちゃんの食事」に関して、「不安になることがある」

(n=364)



どんな時に不安を感じる？パパのホンネ

- ・吐き戻しをしてしまう (30代/男性)
- ・子どもが食べるものによって栄養に偏りが出してしまう (40代/男性)
- ・咀嚼が少ない (30代/男性)

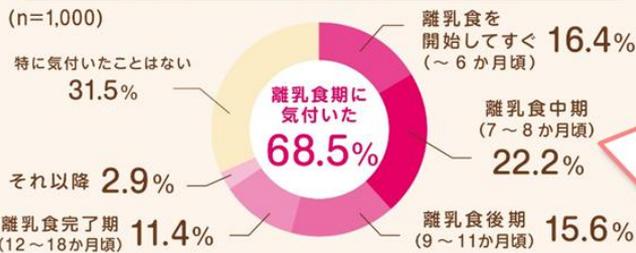
食べていたものすら突然食べなくなる…永遠のテーマ「食ベムラ」悩みとの向き合い方。

調査の結果、約 7 割のママ・パパが離乳食期に「子どもの好き嫌いや味の好みに気づいた経験がある」ことが明らかになりました。「昨日まで食べていたのに食べなくなる」「食材の大きさを口にしにくい」といった声も多く、食事への悩みがうかがえます。一方で、ベビーフードの利用率は 7 割超。外出時の携帯用をはじめ、「手作りに組み合わせて使う」「調理しにくい食材を補う」など、多様な場面で活用されている実態がわかりました。

■約**7割**の人が離乳食期に「子どもの食べ物の好き嫌いに気付いた」経験あり！

最も多いのは「離乳食中期(7～8か月頃)」から。

Q. 子どもの味の好みに気付いたのはいつですか。



“昨日まで食べていたのに…”
食ベムラ・好き嫌いのリアルな体験談

- ・なんでもたくさん食べてくれる子だと思っているのに、たまに全然食べてくれない時が訪れる。味付けの問題なのか具材の問題なのかわからず困る。(20代/大阪府)
- ・新しい食材を始めると、今まで食べていた食材を食べなくなってしまうことがよくある(30代/北海道)
- ・シャバシャバしすぎてたり、食材が大きいと食べ進みが悪い。(20代/東京都)

■お子さまの食材の苦手克服のために、やっていることは？

大きさ、やわらかさを変えてみる (20代/鳥取県)

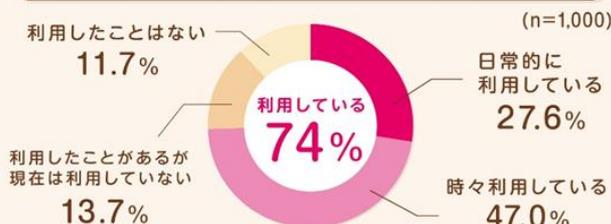
「兄弟より少なめに盛り付けて少ないから頑張ろう」と促す (30代/北海道)

汁物にしたりおかゆに混ぜたりして食べやすくする (40代/福島県)



■ベビーフードの利用率は、**7割**超え！

Q. 市販のベビーフードを利用していますか。



ベビーフードは、なぜ使われる？

「外出時に便利だから」が最多！

- 「手作りのおかゆストックを作る際、半端が出たときに、ポリユームを出すためにベビーフードを合わせて使っている」
- 「家では繊維があってペーストにしにくい食材」などの回答も…！

調査概要

- ・調査地域: 全国
- ・調査方法: インターネットリサーチ
- ・調査時期: 2025年8月22日(金)~8月26日(火)
- ・調査対象: 生後5か月~18か月の子をもつ、20~44歳の男女
- ・有効回答数: 1,000名

第2章:「ベビーフード自主規格」について

そのベビーフード、どんな基準で作られているか知っていますか？

子どもの食べものを選ぶとき、気になるのはやはり「安全性」。

実はベビーフードには、国の基準に加えて、より厳しいベビーフード協議会で定めた「ベビーフード自主規格」が存在します。

この自主規格は、日本ベビーフード協議会に加盟するメーカーによって採用されており、赤ちゃんの健やかな成長を支えるために、より高い安全性と品質が求められています。和光堂もその取り組みに賛同し、ベビーフード協議会で定めた自主規格に則った安全・安心な商品づくりを行っています。

「ベビーフード自主規格第VI版」をもとに以下のように設計しています



☑赤ちゃんのために、味付けは「素材をいかした薄味」が基本！

大人が美味しいと感じる味付けは、赤ちゃんにとっては濃すぎるものがほとんど…なぜなら、赤ちゃんの腎臓はまだ未発達で、塩分をうまく処理できません。小さい頃から濃い味に慣れてしまうと、将来的に生活習慣病のリスクが高まったり、素材本来の味を感じにくくなったりする可能性があります。そのため、ベビーフードでは塩分(ナトリウム)の量が厳しく制限されています。



☑赤ちゃんの月齢に合わせた「やわらかさ」と「形」

赤ちゃんは成長するにつれて、食べ物を噛んだり飲み込んだりする力が発達していきます。離乳食の時期に合わせて、食べ物の「固さ」や「形」が適切でないと、うまく食べられなかったり、丸飲みしてしまったり…。「ベビーフード自主規格」では、赤ちゃんの成長段階に合わせて、ベビーフードの物性(固さや舌触り)を定めています。



☑赤ちゃんのために、食品添加物は「最小限」に厳選！

ベビーフード協議会では食品添加物について「食品添加物の使用は必要不可欠な場合に限り、最小限とする。使用できる食品添加物は『ベビーフード添加物リスト』で定める。ただし加工助剤およびキャリアオーバーに該当するものはこの限りではない。」と定められており、この考え方に則り、商品の開発を行っています。



第3章:和光堂ブランドの『もぐもぐ』を支える、品質へのこだわり

和光堂は、日本ベビーフード協議会の自主規格に準拠した商品づくりをしています。

●和光堂が守り続ける商品づくりのこだわり

- ・業界が定めた“日本ベビーフード協議会の自主規格”に対応
- ・自社独自の「厳格な商品設計の基準」を制定
- ・赤ちゃんの発達段階に合わせた「赤ちゃん設計」
- ・当社の栃木さくら工場・岡山工場では、食品安全の規格「FSSC22000」の認証を取得
- 毛髪混入を防ぐ専用衛生服やエアシャワーなど、衛生管理も徹底
- ・異物混入/原料由来の夾雑物(きょうざつぶつ)/アレルギーリスクに配慮したチェック体制

【コラム】なぜ月齢に応じて変えていく必要があるの？

母乳や育児用ミルクで育ってきた赤ちゃんが、大人と同じものを食べられるようになるには、「食べる機能」を少しずつ身に付けていく必要があります。

離乳食の役割の1つが、食べる機能を身に付けるための手助けをするというもの。

そのため、まずはすりつぶした食品から始め、身体の成長や発達に合わせて徐々に食べ応えのある大きさ・食感にしていきます。

「グーグーキッチンシリーズ」に使用している、にんじんの大きさは、全部で6種類。月齢に合わせて、だんだん大きくしています。



和光堂の厳しい品質管理体制と食品検査体制

●製造におけるこだわり

当社の栃木さくら工場や岡山工場では、食品安全の規格「FSSC22000」の認証を取得しています。「FSSC22000」は、国際的に認められた食品安全の規格で、お客様に安全な食品をお届けするための仕組みを確立、運用することを目的としています。



可能な限り人手を介さず、「オートメーション化」 厳しい品質管理体制を行っています(例として粉ミルクの場合を表示)

step.1 調合
各原料を調合し、粉ミルクの素となる原液を製造する工程です。



step.2 乾燥
原液を乾燥させ、粉末化する工程です。



step.3 充填
完成した粉ミルクを缶に充填する工程です。



step.4 出荷
缶の密閉・包装から出荷までの工程です。



厳格に食品検査を実施(例として粉ミルクの場合を表示)

微生物試験

一般生菌数、大腸菌群、黄色ブドウ球菌、セレウス菌、サルモネラなどの微生物が製品から検出されないか、定期的にサンプリング検査を行っています。



官能検査

原液や製品を定めた頻度でサンプリングし、実際に人の感覚(視覚や味覚、嗅覚)で、粉体色、溶解後の味、香り、風味などに異常がないか標準品と比較して確認しています。



放射性物質の分析

定期的に放射性物質の分析を行い、公表しています。

■「赤ちゃんもぐもぐラボ」について

「赤ちゃんもぐもぐラボ」とは、月齢に合わせて素材の大きさや食感にこだわりぬいたベビーフードを展開するラボ。

ママとパパが協力して育児をすることが増えてきた今、和光堂では、安全・安心な製法で作るベビーフードで、育児を始めたばかりで赤ちゃんの食事に悩みを持つママ・パパにとことん寄り添います。



■「和光堂」ブランドについて

「ずっと、赤ちゃん品質。」をブランドメッセージとし、粉ミルクやベビーフード、プレキッズフード、乳幼児向けのおやつ・飲料、乳幼児向けスキンケア、乳幼児向け医薬品、妊産婦向け食品などを展開しています。ベビーフードなどの食品では、お子さまの成長段階に合わせた味付け、具材の大きさ、固さ、量、素材のおいしさにこだわった安全・安心な商品を提供し、お子さまの成長をサポートするとともに、養育者の育児負担軽減に貢献することを目指しています。

■和光堂ブランドサイト：<https://www.wakodo.co.jp/>

■和光堂乳幼児向け食品 ラインアップ(2025年10月時点)

