

「1歳まで母乳」コラムで波紋

# いつから？ 鹿県専門家ら 栄養不足懸念

## 離乳食

赤ちゃんの離乳食はいつ始めたらいいのか。母子健康手帳には五カ月ごろが適当と書かれているが「もっと遅い方がいい」という意見もあり、お母さんたちを悩ませている。小児科医や栄養士ら専門家の意見を聞いてみた。

(文化部・児島佳代子)

今年一月本紙に掲載された作家、高橋源一郎さんの「コラム 離乳食問題を考える」は、乳児を「赤ちゃん持つ親たちに動揺を与えた。母子手帳に書いてあるように生後五カ月から離乳食を始めると「トビー体質になる」という西原克成、日本免疫病治療研究会長の説を紹介し、「息子の離乳食は、歳になるまで中止する」とに決めた」とする内容。県内の小児科医や保健センターには、このコラムを見て心配した父母から「五カ月で始めても大丈夫か」という相談が相次いだ。

専門家の間でも離乳食を始める時期についてはいろいろな意見があるが、五、六カ月の範囲がほとんど。コラムにあるように「一歳まで母乳だけ」という

やり方には首をかしげる人が多い。

鹿児島市立病院の川上清小児科部長は「そんなことをしたら貧血で死ぬ子が出る」と警告する。六カ月すぎても母乳だけだと、鉄分やビタミンなど体に必要な成分を補うことができず、鉄分不足で貧血になる恐れがある。実際に離乳食の偏りから生後七、八カ月でひどい貧血になった子供を、これまで何人も見てきたという。

小児科医でアレルギーが専門の今村病院（鹿児島市）の今村直人医師は「離乳食開始時期は個人差があり、必ずしも五カ月にとらわれなくていい。皮膚症状がある場合は少し遅くすることもある」。しかし「一歳まで母乳だけというのは極端。科学的根拠にも乏しい」と否定的だ。家族にアレルギー体質の人がいたり、本人に皮膚症状があったりして心配な場合は「医師と相談しながら進めればいい」と話す。

鴨池生協クリニック（同市）の松下賢治医師も「一歳まで母乳だけではタンパク質や鉄分、ミネラルが不足する。これらを食物で補っていかないと発達に影響する恐れがある」。また五

カ月は「乳児が食べる」とに興味を持ち始める時期で「食べる能力をつけるには、この時期に始めるのが最適」と話す。ただしタンパク質には注意を促す。「アレルギーの有無にかかわらずタンパク質を与えたいのは六カ月以降、特に動物性タンパク質（卵など）は一歳以降にした方がいい」。

おひさまともクリニック

（鹿屋市）の寶満誠医師は「早すぎる離乳食はアレルギーを招く可能性がある」として六カ月に入るまでは母乳だけで育てることを勧める。離乳食の準備として三、四カ月に薄めた果汁や湯ざましを与えることにも強く反対する。しかし「一歳までの母乳だけというのは極端」と難色を示す。

鹿児島市南部保健センターの



5月にあった「南日本赤ちゃん健康相談会」でも、離乳食に関する相談が多く寄せられた

「ほかの子より遅いとあせるお母さんがいるが、あわてなくていい。一概に〇カ月からではなく、子供の成長を親がよく見きわめて始めれば」と話すのは寶満医師。

坂下さんは「親が食事するのを見て子供が口をもぐもぐしたり、よだれをたらすようになったら始める合図」。そのためには、親自身がきちんとした食生活をし、子供に見せることが必要だ。「偏食など食行動に問題のある子は、実は親の食生活に問題があるケースが多い」と指摘した。