



2022 年 8 月 23 日

【1～3 歳のお子様の体調管理に関する調査】

毎日の子どもの体調管理に悩むパパママは 2 人に 1 人！

免疫対策は「何をしたらいいかわからない」「対策は不十分」の声多数 特に「食事を通した免疫対策」は 8 割以上が不安に感じていることが明らかに

約 7 割が「聞いたことがない」子どもの体を守る成分“MFGM”とは？

江崎グリコ株式会社は、全国の 1～3 歳の子どもを育てる 20～30 代の有職パパママ 600 名を対象に、『1～3 歳のお子様の体調管理に関する調査』を実施しました。

本調査では、2 人に 1 人のパパママが毎日の子どもの体調管理に悩みを抱えていることが判明し、特に「1 歳」前後が体調を崩しやすいと感じる方が多いことがわかりました。また、その時期の環境変化として、「保育施設の入園」が最も多くあげられました。1～3 歳頃は、体調を崩しやすい「免疫発達期※1」であるため、通年での免疫対策が重要ですが、年間通して免疫対策を意識している人は 3 割にとどまっており、季節別では特に秋が油断しがちになるという現状も浮き彫りになりました。

一方でパパママは、免疫対策について「必要だが、何をしたらいいかわからない」「家庭での取り組みはまだ不十分」という意識を持っており、多忙なパパママにとって「手間をかけられないこと」や、「時間がないこと」が対策に取り組むにあたってのハードルにもなっているようです。特に、食事を通した免疫対策については 8 割以上の方が不安があると回答しており、改善の余地があると考えられます。

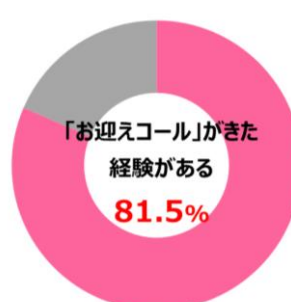
当社は、「免疫発達期」の子どもの体調管理をサポートするため、子どもの元気でつよいカラダづくりをサポートする成分「MFGM※2」に注目しました。今後、「MFGM」を活用した商品開発を進めるとともに、子どもやパパママを取り囲む育児環境をより安心できるものにしていくためのサービスの開発・提供にも取り組んでいきます。

※1 免疫発達期：ウイルスや病原菌から体を守る免疫が十分ではない、発達中の時期のこと。

※2 MFGM (Milk Fat Globule Membrane)：乳脂肪球皮膜。母乳にも含まれる物質で、ウイルスや病原菌から子どもの体を守る成分が含まれた乳由来成分。

<『1～3 歳のお子様の体調管理に関する調査』 主なトピックス>

- 子どもの体調管理に悩むパパママは 2 人に 1 人。要注意の時期は 1 歳～1 歳 6 カ月で、体調を崩しやすくなったタイミングは「入園時期」が約 8 割という結果に。
 - ・毎日の子どもの体調管理に悩んでいるパパママは 52.5%
 - ・「1 歳以上～1 歳 6 カ月未満は最も体調を崩しやすい時期」であることが判明
 - ・体調を崩しやすくなったと感じたタイミングについては、「保育施設の入園時期」という回答が 76.5%と最多
 - ・保育施設からの「お迎えコール」の経験があるパパママは 81.5%
- 年間通して免疫対策を意識している人はわずか 3 割。最も意識が高まるのは「冬」で最下位は「秋」
 - ・年間通して免疫対策を意識している人は 3 割
 - ・子どもの免疫対策について、「季節を問わず意識している」という回答はわずか 30.3%。冬に意識が集中し、秋のような気が緩みがちな時期もある
 - ・夏の終わり～秋にかけての体調管理で不安なことは、主に「朝晩の寒暖差」「季節の変わり目の気温の変化」「乾燥」
- 免疫対策について「必要だが、何をしたらいいかわからない」が 4 割超。
 - 5 割が「まだ不十分」と回答し、不十分な理由 1 位は「手間がかかる」、2 位「時間が無い」という結果に。
 - ・「子どもの免疫を高める為に、毎日の生活で具体的に取り組んでいることはありますか」という質問に対しては、「取り組みの必要性を感じているが、何をしたらいいかわからない」と回答した人が 44.9%と最多
 - ・家庭での免疫対策について「それなりにできているが、まだ不十分」と答えた人は 50.0%



年間通して免疫対策を意識している人はわずか 3 割。最も意識が高まるのは「冬」で最下位は「秋」

「1 年の中で、最も子どもの免疫対策を意識する季節はいつですか」という質問に対し「季節を問わず意識している」という回答はわずか 30.3%にとどまりました。一方で、最も意識が高まるのは冬で 50.0%、意識が低くなるのは秋で 4.1%となりました。体調を崩しやすい「免疫発達期」には、年間を通じた免疫対策が大切ですが、冬に意識が集中し、秋のような気が緩みがちな時期もあることが判明しました。【図 5】

また、「夏の終わり～秋にかけて、体調管理において不安なこと」を聞く質問に対しては、「朝晩の寒暖差」「季節の変わり目の気温の変化」や「乾燥」といった回答が目立ち、秋口ならではの悩みもあることが明らかになりました。

【「夏の終わり～秋にかけて、体調管理において不安なこと」一部回答抜粋】

●朝晩の寒暖差

- ・寒暖差が大きくなるから寝ている間が心配（30 代 2 歳児パパ）
- ・寒暖差による鼻水や咳から派生して、体調を崩す（30 代 2 歳児ママ）
- ・朝晩の寒暖差で服装や室温の調節が難しい（30 代 2 歳児ママ）

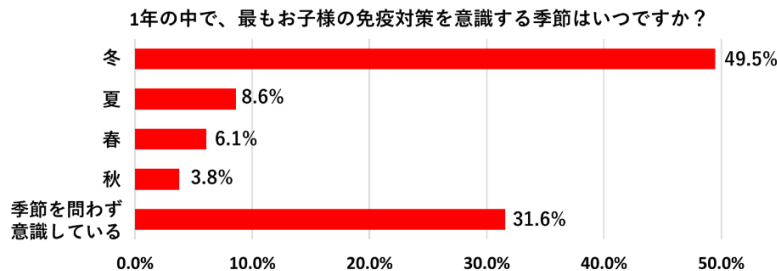
●季節の変わり目の気温の変化

- ・季節の変わり目で、急に気温が低くなり風邪を引きやすくなること（30 代 2 歳児ママ）
- ・気温の変化で体調を崩しやすいが、服装が難しい（30 代 2 歳児パパ）
- ・気温の変化による体調不良が起きないか（30 代 2 歳児ママ）

●乾燥

- ・空気が乾燥しだして風邪やコロナが流行り出す（20 代 3 歳児ママ）
- ・湿度が下がり、空気が乾燥することで体調管理できるか不安（30 代 1 歳児ママ）
- ・乾燥し始めて涼しくなってくるので風邪をひきやすい（30 代 1 歳児ママ）

【図 5】n=651 SA



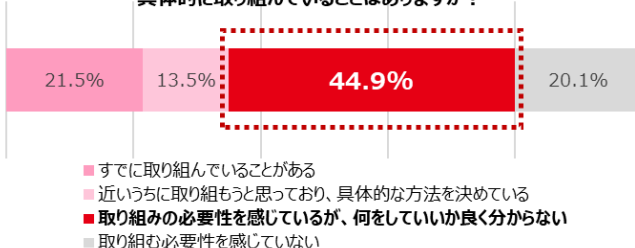
免疫対策について「必要だが、何をしたらいいかわからない」が 4 割超。

5 割が「まだ不十分」と回答し、不十分な理由 1 位は「手間がかかる」、2 位「時間が無い」という結果に。

「子どもの免疫を高める為に、毎日の生活で具体的に取り組んでいることはありますか」という質問に対しては、「すでに取り組んでいることがある」が 21.5%、「近いうちに取り組もうと思っており、具体的な方法を決めている」が 13.5%、「取り組む必要性を感じていない」が 20.1%であるのに対し、「取り組みの必要性を感じているが、何をしたらいいかわからない」と回答した人が 44.9%と、最も多くなりました。【図 6】

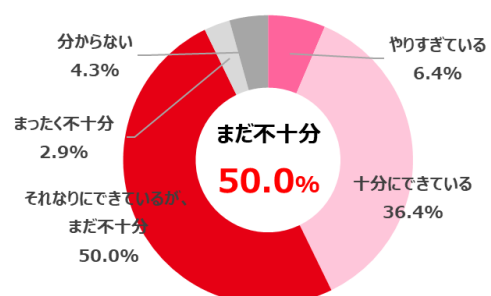
また、子どもの免疫を高めるための家庭での取り組みに関しては、「それなりにできているが、まだ不十分」と答えた人が 50.0%と半数を占めました。【図 7】理由としては、「手間がかかる」（60.8%）「時間が無い」（51.4%）が多く、日々の子育てや仕事に忙しいパパママは、子どもの免疫対策の必要性を感じつつも、適切な対策方法が見つからず、手軽に取り組める方法を模索していることがうかがえる結果となりました。

お子様の免疫を高める為に、毎日の生活で具体的に取り組んでいることはありますか？



【図 6】n=651 SA

現在、お子様の免疫を高める為に、ご家庭で取り組んでいることに関して、どのように思いますか？



【図 7】n=140 SA

（図 6 で「すでに取り組んでいることがある」と回答した人に質問）

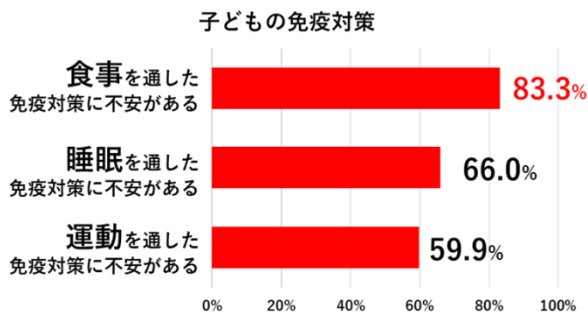
「食事に悩みがあり、食事を通した免疫対策に不安」が 8 割超え。取り組みたいけどできていないこと 1 位は「免疫力向上が期待できる食品をとらせること」であることが明らかに。

感染症に対する免疫対策として大切な 3 つの要素「運動」「食事」「睡眠」それぞれに関して不安の有無を質問したところ、「子どもの食事を通した免疫対策」について、「不安がある」と回答した人は 83.3%にのぼり、「睡眠に不安がある」(66.0%)「運動に不安がある」(59.9%)を大きく上回りました。【図 8】

また、子どもの免疫を高める為に取り組みたいと思っているが、十分に組み立てていないものを聞く質問では、1 位が「免疫力向上が期待できる食品をとらせる」(24.3%) 2 位が「バランスの良い食事をとらせる」(22.1%)となり、【図 9】食事を通した免疫対策に不安があり、日常的に家庭で取り組むことへのハードルを高く感じている現状が明らかになっています。

【図 8】n=294 MTSA

(子どもの免疫に不安があると回答した人に質問)



【図 9】n=140 MA

(図 6 で「すでに取り組んでいることがある」と回答した人に質問)

1位	免疫力向上が期待できる食品をとらせる	24.3%
2位	バランスの良い食事をとらせる	22.1%
3位	消毒や、手洗い・うがいなどをさせる	14.3%
4位	運動させる	13.6%
5位	外で遊ばせる、日光を浴びさせる	12.1%
6位	その他	7.9%
7位	十分な睡眠をとらせる	7.1%
8位	規則正しい生活リズムで過ごす	6.4%

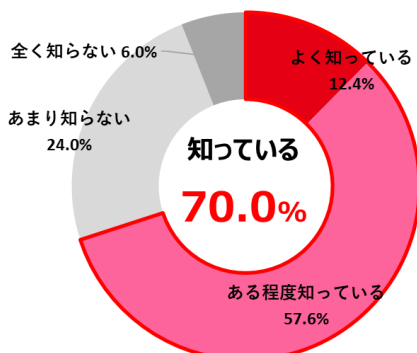
子どもが感染症にかかりやすくなる「免疫発達期」の認知度は 7 割である一方で、子どもの体を守る成分「MFGM」について、約 7 割は「聞いたことがない」と回答。

生まれてすぐの赤ちゃんは免疫がまだ発達しておらず、おなかの中にいるときに胎盤を通して免疫成分を受け取ったり、母乳を通して受け取ったりすることで、お母さんの力を借りて免疫力を発揮しています。しかし、成長していくにつれて、母親からもらった免疫が徐々になくなり、自分自身の免疫をつくる力を少しずつ発達させていきます。このような免疫がしっかり発達するまでの時期(=「免疫発達期」)は子どもの発育の為に大切な期間ですが、ウイルスや病原菌への感染が心配になる時期でもあり、特に 1〜3 歳頃は感染症にかかりやすいといわれています。「免疫発達期」の存在については 1〜3 歳を育てるパパママの中ではある程度知られているようで、70.0%が知っていると回答しています。【図 10】

一方で、母乳にも含まれる物質で、元気でつよいカラダづくりをサポートする成分「MFGM(Milk Fat Globule Membrane/乳脂肪球皮膜)」については、65.7%が「聞いたことがない」と回答しています。【図 11】「免疫発達期」の存在は知られ、感染症対策が必要な時期として認識されている一方で、その重要な成分の 1 つである「MFGM」については、まだ十分に知られていないことが分かりました。

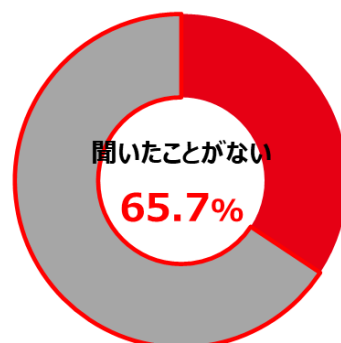
【図 10】n=651 SA

子どもの免疫がしっかりと発達するまでの時期「免疫発達期」について知っていますか。



【図 11】n=651 SA

母乳にも含まれる物質で、子どもの体を守る成分が含まれている「MFGM」について、聞いたことがありますか？



<調査概要>

調査名：1～3 歳のお子様の体調管理に関する調査

調査方法：インターネット調査

調査対象者：20～30 代の有職男女 調査対象者数：651 人 調査地域：47 都道府県

調査期間：2022 年 7 月 15 日（金）～7 月 17 日（日）

調査主体：江崎グリコ株式会社

※本資料に含まれる調査結果をご掲載頂く際は、必ず『江崎グリコ調べ』と明記下さい。

小児科医で免疫の専門家である、和歌山県立医科大学の徳原大介教授にお話を伺いました。

免疫発達期のお子様には MFGM で免疫対策を



徳原大介 教授（和歌山県立医科大学 小児科学講座）

1998 年 関西医科大学医学部卒業。医学博士。

2007 年から東京大学医科学研究所粘膜免疫学部門、2010 年から米国アラバマ大学バーミングハム校免疫ワクチンセンターにて腸管・呼吸器の粘膜免疫の研究に取り組み、イネ種子であるコメを用いた経口粘膜ワクチンの開発に従事。2012 年から大阪市立大学小児科において小児消化管診療に携わるとともに、乳幼児の免疫システムの基礎的研究を基盤とした消化管感染症に対する粘膜ワクチンの開発研究を展開。2019 年に同大学准教授を経て、2022 年 1 月から現職。日本小児栄養消化器肝臓学会理事。

多くのパパママが感じているように、保育園に入園する 4 月から半年ほどの間に、お子さんは胃腸炎や感冒にかかり体調を崩しやすくなります。1 歳前後のお子さんは入園前までそれら感染症に対する抗体がなく、大人と比べて免疫機能が幼若な免疫発達期にあるため、保育園で周りのお子さんとの関わりが増えることによって感染し、時に症状が長引きやすくなります。数年前までは胃腸炎や感冒といえば RS ウイルスやノロウイルスなど冬に流行するものが多く、そのため感染症に対する意識が冬に高まるのは当然でしたが、最近は RS ウイルスが 6～9 月頃、胃腸炎が冬に加え春や秋頃の流行もみられることから、年間を通じて感染症への意識が必要になっています。

感染症に対する免疫対策はバランスの良い食事、十分な睡眠、運動が大切になりますが、こういった内容の食事がバランスが良いのか迷うパパママは多いでしょう。乳幼児であれば食事（離乳食）の進め方は個人個人によって異なり、年齢によって必要とされるエネルギー量も異なりますので、乳幼児に共通のバランスの良い具体的な食事メニューを提案することは容易ではありません。母子手帳の標準体重曲線に沿って体重が順調に増加していれば、日々の食生活に大きな問題はないとする目安になりますが、パパママが忙しい中で、お子さんの免疫力にも配慮する上で大きな味方になりうるのが MFGM を用いた食品です。MFGM は腸管免疫や感染防御に対する有用な役割が報告され、腸管における感染防御の中核を担う IgA 抗体産生に関わるスフィンゴシン 1 リン酸の材料となるスフィンゴミエリンも含まれています。MFGM を含有する食品によってお子さんの体調や食事に関するパパママの悩みが軽減することを期待しています。

<ご参考> MFGM (Milk Fat Globule Membrane) について

乳脂肪球膜 (Milk Fat Globule Membrane, MFGM) は、母乳にも含まれる物質で、乳幼児期にリスクの高まる中耳炎などの感染症罹患リスクや発熱リスクを低減させることが報告されています。MFGM に包含される成分には粘膜免疫に作用する成分（ganglioside、シアル酸、スフィンゴミエリンなど）が含まれています。



MFGM に関する特設サイト：<https://cp.glico.com/nutrition-mfgm/>