

育児雑誌の記事に見る 「母乳育児」

フリーランス編集者・ライター 関川香織

ここ10年ほどの「プレモ」「ベビモ」「ひよこクラブ」の中で
＜母乳＞ ＜おっぱい＞ というキーワードが入っている記事タイトルを検索



**全体的に「母乳のメリット」が、
タイトルから伝わってくる記事が少ない**

よくある企画

軌道にどう乗せるかといったトラブル解決&ハウツーもの
疑問・お悩み系
「痛い」「出ない」「不足」などのネガティブワードとの
組み合わせ

最新号の雑誌「プレモ」での母乳育児の表現



**プレモ 2021
5/15発売最新号**



母乳のメリットに
関する記述部分は
マンガで書かれている

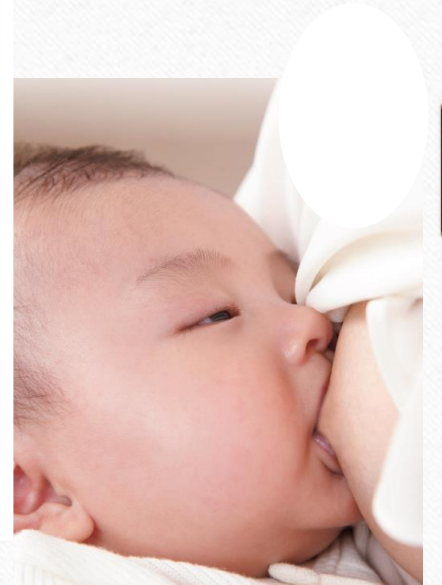


母乳育児の準備③
生活リズムを整える

母乳育児の準備②
バランスよく
しっかり食べる

やわらかい
乳輪・乳頭をつくる
吸いやすい
乳輪・乳頭をつくる

母乳育児の準備①
乳頭のチェックと
ケア



記事を構成する見出しは、「妊娠中」の今できること だけに集中

Pre-mo

2020年
冬号

母子の絆が深まる、
免疫力などが高まる！
**「母乳で育てる！」ために
妊娠中からやっておくこと**

2019年
秋号

もっともっと楽しく！
母乳＆おむつ育児ワークショップ
が行われました

2019年
春号

もうすぐ育児の本番スタート。
しっかり予習しときましょ！
母乳＆おむつ育児の未来予想図

2018年
冬号

母乳で育てるために
妊娠中からできること

～2016年

2016年 5月号

「母乳で育てる！」ために妊娠中からできること

2015年 11月号

母乳育児のためにママたちがしている〇つのこと

2004年 7月号

**今から何をしておくべき？ 私でもできるの？
やっぱり母乳で育てたい！**

タイアップ記事広告は、ほぼ毎号ある

「先輩ママから愛されて売り上げNo. 1！
母乳で育てたいママを助ける「明治ほほえみ」シリーズ」

Baby-mo



2020
秋冬号

母乳育児専門ドクターが教えます
ミルクを足す？ このままでOK？
もしかして母乳不足!?の見きわめ方

2019
春号

2017
春号

授乳服&ケープカタログつき。
母乳も！ミルクも！ 授乳のすべて

2016
春夏号

母乳育児のスタートから卒乳まで

母乳というワードはあっても母乳企画ではない

2017-2018年冬春号

【産後ダイエット】

片づけたらヤセた！梶ヶ谷陽子さんの
整理収納ダイエット

“母乳あげてたらやせるはウソでした”と
語る整理収納アドバイザーママが、
一石二鳥の“やせる収納”を提案します。
お肉とも汚部屋ともサヨナラ！

2012
6月号

「**母乳トラブル**」悩みにズバッと答えます！

2011
8月号

母乳がよく出る美味おっぱいの作り方

ひよこクラブ



2021年1・2月合併号
助産師・産婦人科医が解決！
母乳とミルクの疑問・悩み
50問50答



2020

11月号

まんがで読む！ **夫婦で読む！** 母乳・混合・ミルクの授乳入門

2020年3月号

**ネット情報にまどわされがちな
母乳・ミルクのこと、正しく知ろう！**

子育てTOPICS「母乳バンク」

2019

1月号

母乳・ミルクの飲ませ方の基本【とじ込み付録】母乳・ミルクのQ & A 85

2019年6月号

母乳育児を軌道に乗せたい！ Q & A

2019年3月号

母乳・混合・ミルク育児の教科書

2018

12月号

母乳・ミルクの飲ませ方をおさらい！
【とじ込み付録】母乳とミルク 85問85答

ひよこクラブ

2018

8月号

パパにも知っておいてほしい

0-18カ月 母乳育児のキホン

5月号

母乳でもミルクでも、**ストレスフリーの母になる!**

授乳・卒乳のすべて

2017

2017年9月号

母乳育児のホントを深掘りっ!!

2016

7月号

「絶対母乳」の真偽を探ってラクになる

おっぱい・ミルク育児の「こんなはずじゃなかった!」解決Q&A

6月号

とじ込み付録 0カ月?卒乳まで

痛くて授乳できない!を予防&解消 ママのおっぱいの教科書

5月号

とじ込み付録 母乳育児のギモン解決BOOK

2015

12月号

切れた 腫れた 痛い 出ない

0カ月~卒乳までのおっぱいトラブルを3人の専門家とママ30人が即解決!

1月号

美乳&出る乳になるおっぱい体操

2013

11月号

母乳神話に押しつぶされそうなときは...

2013年6月号

＜別冊第一付録＞ おっぱい・ミルク育児に迷ったときに開く本

なぜ、母乳のメリットを真正面から伝える記事が少ないのか

編集部にも
聞いてみた

理由①

母乳が出ない人への配慮

読者からの反感の前に、スタッフからも「その話はつらい」という声上がる状況

理由②

広告主への配慮

記事内には書けても、タイトル・見出しに大きく母乳のメリットが書けない・書きづらい
「母乳記事」の前後に乳業メーカーの広告を入れないようにする台割

母乳について、エビデンスのあるポジティブな情報を伝える役割は、
WEB・紙問わず、メディアには担えないのかもしれませんが

使いません「完全母乳（完母）」という言葉 ～一人ひとりの子育てに寄り添って～

「完全母乳（完母）」の元の意味は？

一度の授乳でも、かけがえのない母乳育児

母乳育児は生活の中の営み。「完全」とはそぐわないもの

「母乳をあげたい」は、多くのお母さんの願い

それをかなえる環境・情報・支援の不足

「こだわる・こだわらない」ではなく、共感と支援を

一人ひとりの選択が尊重されるように

2018年5月に発表

ラ・レーチェ・リーグのホームページより
<https://lljapan.org/message04.html>

使いません「完全母乳（完母）」という言葉 ～一人ひとりの子育てに寄り添って～

NPO法人ラ・レーチェ・リーグ日本
lljapan.org 2018年5月13日



「完全母乳（完母）」の元の意味は？

今、「完全母乳」という言葉が一般に広まっています。この言葉は、英語のExclusive breastfeeding（乳児用ミルクなどを一切使わずに母乳だけで育てていること）から来ているようです。生まれてから母乳だけを飲んでいる赤ちゃんが特定の病気にかかりにくいどうかを調べる医学研究では、その赤ちゃんが乳児用ミルク、離乳食、果汁など、母乳以外のものを飲んでいないかを確認します。そのための専門用語として使われているExclusive breastfeedingには、本来、完全とカパーフェクトという意味合いはまったくありません。一方、日本語の「完全母乳」には、少しでも欠けてはならない、というニュアンスを感じて、プレッシャーやつらい気持ちを感じる人がいるのではないのでしょうか。

一度の授乳でも、かけがえのない母乳育児

さまざまな理由で乳児用ミルクを併用している場合、母乳を飲ませ続けることで、健康への悪影響は大きくなります。母乳中には免疫物質は、赤ちゃんの免疫細胞を刺激してさらに多くの免疫物質を作るので、母乳をやめたあとでも、その子をずっと守り続けます。小さじ1杯の母乳には菌を殺す細胞が300万も入っているといわれています。ですから1日にはほんの少しの母乳を飲むだけでも、それは赤ちゃんにとって貴重な役割を果たします。たとえ1回でも母乳を飲むことができた、それは赤ちゃんにとってかけがえのない母乳育児です。あるいは医学的な理由があって、一度も母乳を与えない選択をしたとしても、それらまた、お母さんと赤ちゃんの健康にとって最適な選択をしている、と胸を張っていることです。



母乳育児は生活の中の営み。「完全」とはそぐわないもの

母乳育児を取り巻く状況は、一人ひとり異なります。出産前後、母乳育児がしやすい環境や適切な支援・情報が得られたかどうか。その後も継続してサポートを得られたかどうか。医学的な理由があったり、想定外のトラブルに見舞われたりすることもあるでしょう。

何よりも、母乳育児は生活の中にある営みです。家族のさまざまな状況の中での、試行錯誤の積み重ねです。そんな営みである育児に、「完全」という言葉はそぐわないのではないのでしょうか。母乳育児は、「完全母乳」もしくはそれ以外、というように二者択一ではありません。たった一つだけの正解があるようなものでもありません。ですから、私たちラ・レーチェ・リーグでは、「完全母乳（完母）」という言葉を使いません。

ラ・レーチェ・リーグが各地で開いている「集い」では、母乳育児に関することをテーマにさまざまなことが話し合われています。そこでは、母乳だけで育てているかどうかにかかわらず、さまざまな状況のお母さん同士が、それぞれの経験と分かち合い、励まし合っています。

裏面につづく