

# 「卒乳」…乳離れ・離乳・断乳との概念関係に関する一考察…

中尾 優子<sup>1</sup>・前田 規子<sup>1</sup>・宮原 春美<sup>1</sup>

**要旨** 本研究では、近年導入された「卒乳（自然卒乳）」の概念を、「離乳」、「乳離れ」、「断乳」との関連で考察する。「離乳」は、栄養学的・発育学的な視点からの食べ物を噛みつぶすことができるようになるまでの体の発達を含めた食の自立過程を表す。一方、「乳離れ」は、母親の乳首への吸いつきをやめることであり、この「乳離れ」には、児以外の意思、主に母親の意思が働いて児が乳首から離れる「断乳」と、児の意思が尊重され児の意思で離れていく「卒乳」が存在する。特に卒乳は心理学的な児の自立過程を示す。専門職と母親が卒乳の概念を十分に理解することは、母子ともに満足できる乳離れを行う上で重要である。「卒乳」は、約半数程度の母親が理解していた。

長崎大学医学部保健学科紀要 14(2): 65-69, 2001

**Key Words** : 離乳, 断乳, 卒乳

## はじめに

日本では1955年頃までの離乳状況はきわめて不良で離乳期に入ると栄養不良となり、消化不良を多発して乳児死亡の大きな要因となっていた<sup>1)</sup>。しかし人工栄養（ミルクによる栄養法）の普及や食品衛生の向上により、離乳状況も大きく変化した。人工栄養は1960年から1970年にかけて激増し、1965年には母乳栄養、混合栄養、人工栄養の比がほぼ同じとなり、1970年には人工栄養が母乳を上回った<sup>2)</sup>。現在では、栄養学的な問題が解決されてきており、母乳栄養はこどもと母親にとって最良のものであることが再確認され、母子の触れ合いを加味したものとしてさらに奨励されている<sup>3)</sup>。

このような動きの中、それまで乳離れの意味合いで使用されていた離乳は、栄養学的に乳汁から幼児食に移行する過程として使用された。本来、母乳の目的には栄養学的なものや心理学的なものが重要な位置を占め、離乳はこの2つのものから自立していく過程にある。

しかし、離乳の用語からは乳離れの意味合いがはずされ、最近では離乳・断乳（栄養学的・心理学的）・自然断乳・卒乳・自然卒乳と用語の氾濫が起きている状態である。そのため本稿では若干の調査結果をまじえて離乳に関する用語を整理し、最近聞かれるようになった卒乳の概念を離乳・乳離れ・断乳との関連で考察した。

## 離乳の定義について

昭和33年文部省科学研究離乳研究班が結成され、離乳の言葉への定義づけがはじまった<sup>4)</sup>。その頃外国では離乳"weaning"は母乳をやめること、日本での断乳の意味として用いられていた。離乳食を与えるのは固形食の添加"Solid Food Addition"、乳汁と固形食の両者を与えながら栄養を行うことは"Mixed Feeding"と言われ

ている。わが国でも離乳という言葉はもともと母乳栄養児を対象として使われ、主に母乳の断乳の意味に使われてきたが、人工栄養児が増加して人工栄養児にもこの言葉が使われるようになった。それとともに固形食の意味の添加をも意味するようになった。同研究班の定義によれば、離乳食とは「乳児が乳汁栄養から幼児の食事形態に移行する際与えられる半固形食」であり、離乳の開始とは「離乳の目的をもって離乳食を与え始めること」とされている。離乳の完了とは「主な栄養源が乳汁以外の食物になること」で母乳をやめること断乳は離乳の定義にはいらなかった<sup>5)</sup>。さらに日本では1981年『離乳の基本』<sup>6)</sup>『離乳の基本の解説』<sup>7)</sup>において、「離乳という用語はやはり乳離れを連想させ、母乳をやめるという意味合いが強く表現されている。しかし人工栄養が発達し、普及するようになると、人工栄養を含めた離乳の概念が必要になった。この結果、離乳という用語に特定の定義を与え、母乳をやめるということに断乳という言葉をもちいるようになった。また離乳の完了を定義する時に母乳をすっかりやめるのが条件かどうかという点で、問題になるのは夜眠る時の授乳で、眠る時に母乳を吸うのは、栄養が目的ではなく、就眠儀礼としての行為とし、母乳を眠る前に吸わせているのは母親のしつけの問題であるため、眠る時に吸っていても離乳の完了としたと記されている。1995年今村は『離乳についての覚え書き』<sup>8)</sup>で、『離乳の基本』<sup>6)</sup>以前から母子健康手帳の1歳のところに「離乳の完了」と「断乳の完了」の項目がなっていることを記しており、離乳と断乳の概念は別のものであったことを説明した。

一方アメリカでは、1983年『母乳哺育ガイドブック』<sup>5)</sup>により、離乳するとは「幼い動物が母親のミルクに依存していた状態から他の形の栄養法に移行すること、あるいは

1 長崎大学医学部保健学科

は以前の習慣または結びつきから疎遠にされることを意味する。乳離れした乳児 (weanling) というのは、ごく最近親の乳から離された子どもあるいは動物を言う」とある。また、1988年『母乳哺育の実際』<sup>9)</sup>では、離乳とは「母乳以外の食物を十分必要量与えはじめる時期および今までの母乳哺育を終了する時期」とし、完全な乳離れを離乳の定義の中に盛り込んでいる。また、「離乳という概念には、ある程度の独立という意味合いがあり、したがって母親の乳房から離れるまでには、こどもが自信をもって動き回れるようになっていくことが合理的なように思われる。」と記されている。

以上のことより、日本において離乳とは母乳または育児用ミルク等の乳汁栄養から幼児食に移行する過程をいい、この間に乳児の摂食機能は、乳汁を吸うことから食物をかみつぶして飲み込むことへと発達し、摂取する食品は量や種類が多くなり、献立や調理の形態も変化していく。また行動は次第に自立へと向かっていくとし、1958年より母乳をやめる断乳と栄養学的意味合いの強い離乳とを区別して考えることにしていた。1958年文部省の研究班『離乳基本案』、1980年厚生省の研究班『離乳の基本』で、日本は離乳の体系化を行った。諸外国ではweaning離乳は乳離れの意味合いで用いられており、weaningをそのまま離乳と訳すと日本と外国との離乳の意味づけがことなるため、混同が起きやすい状態にあるといえる。最近でも1998年出版の『child development』<sup>10)</sup>ではThe timing of weaning, cessation of breast-feeding, varies greatly, と記され早いものは3~4か月、長いものは2~3歳と乳離れの意味合いで記されている。日本で言う離乳には、乳離れ断乳の意味合いは含まれていない。

#### 心理学的離乳

心理学的に見た離乳として、高津等は『離乳』<sup>11)</sup>で「Lelongは、乳児栄養は食事法と心理的適応との同時的問題であることを強調。離乳には栄養面での適応 (Alimentary adaptation) だけでなく心理的適応 (psychological adaptation) を必要とする。母子間に positive affective relation の存在する必要がある。」と述べている。また、同書でフロイトは不十分な哺乳・急激な離乳・早すぎる断乳が外界に対して不信の念をいだき、不安や憂鬱感を抱くこと。遅すぎる断乳が長期的授乳によって口唇の快感が満足されすぎると結果、依存的な人格が作られることを述べており、それぞれを "oral pessimism" "oral optimism" と表現している。また高津等は日本では早期に断乳されたものは、断乳の遅かったものに比べて情緒の安定度は高いが従順性が低く、急激に断乳させられたものは徐々に断乳させられたものより自己主張が少なく、攻撃性が大きかったと述べている。しかし、この結果は、その後の母親の対応も含まれるので、そのまま解釈するには危険があるとも述べている。

1988年アメリカで出版された『母乳哺育の実際』<sup>9)</sup>では、離乳の型を漸減型、慎重型、急断型の3つに分類した。漸減型 (gradual) は、数週または数か月かけて徐々に離乳を行う。慎重型 (deliberate) は、時間をかけて母乳哺育を終わらせるために母親が意識的に努力しながら行う。急断型 (abrupt) は、母乳哺育を強制的に中断してしまうもので「外傷性」(traumatic) 離乳と同じ意味で使われている。メキシコやスペイン語圏では急断型の断乳は、子どもが悲嘆の時期を体験し、初めて経験する親の背信行為に、「温・冷症候群」(hot-cold syndrome) (子どもが意識下に、一方では温かさを受容、もう一方では冷たさと拒絶との間に強い連想が形成される) の基礎をつくると言われている。

1992年平山は『母乳のやめ方』<sup>12)</sup>で、母乳をやめる時期について母乳の分泌が悪い場合、母親が仕事に出る場合、親がほどほどで断乳したい場合、親に断乳の意思がない場合でそれぞれに助言を行っている。中でもについては「生後10か月前後が望ましい。満1歳に達してしまうと子どものほうに甘え気分が強くなる。」と述べているが、については長期授乳の害はないとしている。長期母乳哺育だけの純粋な影響を成人期まで追跡したデータはないので、結局は好みによる評論の粋を出ない議論に終わるとしている。また母乳をやめる方法としては、親が強い意志を持って、数日泣かれてもよいつもりでがんばるか、あるいはだんだんと母乳の回数を減らしていった断乳にいたるかのいずれかで、ケース・バイ・ケースとしている。

1992年に南部は、「母乳哺育には感染防御的・栄養学的・心理的に3つの利点があり、断乳について栄養としての意味が終了する生後6~10か月を栄養学的断乳とし、興奮・不安を緩和する役割を持つのが母親である。3歳までの母乳哺育は必要であり、これを心理学的断乳と新しく位置づける。」としている<sup>13)</sup>。また1993年、『厚生省心理障害研究報告書』<sup>14)</sup>の研究でも南部は、断乳の定義は根拠に乏しく不明確であるため仮説を立てるとすれば栄養学的断乳は6~9か月で、心理学的断乳は2~3歳までとした。

以上のことにより、離乳の中には栄養面と心理面での問題が同時に存在していることが、日本・諸外国の文献から読み取れた。また、乳離れの時期・方法により児の発達過程の中で心理的にさまざまな影響を及ぼすことがわかった。日本にみられる特徴的な急断型の断乳方法は、乳房に絵を書く、一時的に分離する、梅干・からしなど児が嫌がるものを乳首に塗るなどが一般的に行われている<sup>15)</sup>が、これらの方法が児の心理面にどのような影響を及ぼすか長期的な調査は少ない。今後は心理面でも大きな役割を持つ母乳から児が分離する時、どのような方法ですすめられたらよいのかについて、さらなる研究が望まれる。

概念の関連性

卒乳の概念

1995年『断乳（卒乳）の時期が母子の健康に及ぼす影響に関する研究』<sup>16)</sup>において、南部は乳離れに卒乳という用語を新しく用いた。卒乳とは、子どもが不安で泣いている時には気軽に母乳を吸わせ、なめさせ、いじらせる母親の柔軟な姿勢がこどもの健全な精神発育のためにきわめて大切なことであり、2～3歳まではこれを心の栄養品として位置づけ、母乳の卒乳は子どもが自然に離れる時とし、これを心理学的卒乳と言っている。さらに1996年南部は、真の意味での卒乳「自然卒乳」の重要性を説明している<sup>17)</sup>。

また、1999年柴田等は、「断乳は母親の意思で乳に乳房を吸てつさせないこと、卒乳は自然にこどもが乳離れすること」<sup>18)</sup>として断乳と卒乳の定義づけを行っている。岡本氏監修の『育児ライブラリー』<sup>19)</sup>でもおっぱい卒業の項目が述べられ、「1歳過ぎてもまだまだ母乳が好きな赤ちゃんには無理にやめさせず、離乳食をすすめて幼児食に移行させながら、赤ちゃんが自分から乳房を離れていく日を待ちましよう。」と述べている。

卒乳は栄養・発育面で心理面での充足感を含んだ母乳からの自立と言える。

卒乳と他の概念との関連性

卒乳と乳離れ・離乳・断乳との概念を理解するために、「母乳の分離時期からみる概念の関連性」を示した(図1)。生後5～6か月から離乳食が開始になり母子分離

が進んでいき、生後12～15か月頃には栄養や感染防御面で母乳の役割はほぼ終了する。しかし、心理学的に心の栄養はまだ必要で、生後2～3歳まで母乳からの分離が急がなくてもよいとした。心理面での満足感が得られ、児が分離する状態を卒乳とした。断乳は児以外の意思、主に母親の意思が強く働いたものでいつの時期にも行われる。最終的に母親の乳首から離れる卒乳と断乳は乳離れとして総称されることを示した。以上の概念の関連性を認識することは、専門家にとって母子の心のケアを行う上で重要である。

卒乳用語の浸透度

筆者等は1999年5月と6月のほぼ同時期に卒乳という言葉について助産婦と一般の母親を対象に質問紙調査を行った。調査対象のうち助産婦はN市で助産婦の講習会が行われ、その時に出席した39人(回答率78%)である。集合法で調査した。母親は4か月健康診査で完全母乳栄養であった母子300組をリストアップし、生後8～9か月の時期に郵送法で調査し、回答のあった母親158人(回答率52.7%)である。生後4か月までは完全母乳栄養であった母親ということで、母乳に対する意識は高い集団といえる。調査内容はそれぞれ卒乳という言葉を知っているかについて尋ね、「知っている」「聞いたことはあるが良く知らない」「知らない」の3つの回答を明示した。その結果、助産婦は知っている17人(43.6%)、聞いたことがあるが良く知らない19人(48.7%)、知らない3人(7.7%)であった。母親は知っている80人(50.6

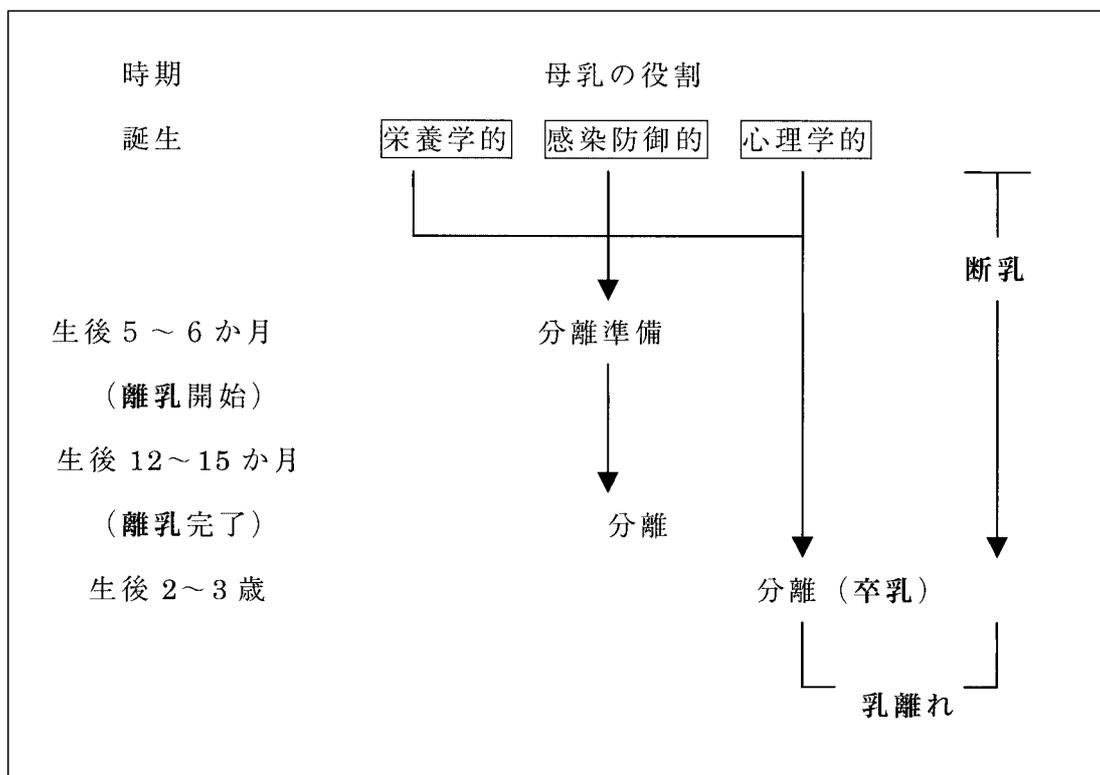


図1. 母乳の分離時期からみる概念の関連性

表 1. 卒乳のことばについて

|     | 知っている      | 聞いたことはあるが<br>よく知らない | 知らない       |         |
|-----|------------|---------------------|------------|---------|
| 助産婦 | 17 (43.6%) | 19 (48.7%)          | 3 (7.7%)   | n = 39  |
| 母親  | 80 (50.6%) | 24 (15.2%)          | 54 (34.1%) | n = 158 |

%), 聞いたことがあるがよく知らない24人 (15.2%), 知らない54人 (34.1%) であった。助産婦, 母親ともにほぼ半数の人々が知っている」と答えた。「聞いたことがある」を含めると助産婦は90%以上に浸透しているが, 母親より「知っている」は, 少ない数値となっている。卒乳は1995年から学会誌で聞かれるようになった用語であるが, 母親へもかなり浸透していることがわかる。(表 1)

終わりに

日本において離乳という用語は栄養・発育を含めた食の自立過程の意味合いが強いことを認識し, 母親の乳房への吸いつきが終わることを離乳の用語を用いず乳離れとはっきり分けて記す必要がある。その乳離れには母親の意向が働いた断乳と子どもから自然に離れる卒乳があり, 卒乳の時期は栄養・発育・心理学的に充足された時期が望ましい。卒乳の時期については満足したかのように1歳すぎですぐに児側から離れる症例もみられた<sup>15)</sup>。今後は研究をすすめ, 母子ともに満足できる乳離れが行えるように卒乳の時期を含めた離乳・乳離れについてさらに整理をしていきたいと考えている。

文 献

- 1) 二木武：離乳の考え方と進め方, 173-179, メディカ出版, 東京, 1998.
- 2) 厚生省児童家庭局母子保健課：平成7年度乳幼児栄養調査結果の概要. 1997.
- 3) 橋本武夫, 飯田ゆみ子：なぜ母乳育児がいいのか, どうしたら母乳育児ができるのか. 助産婦雑誌52(9)：739-744, 1998.
- 4) 遠城寺宋徳：離乳とは. 離乳, 1-3 角森活版社, 大阪, 1961.
- 5) 竹内徹, 横尾京子訳：母乳哺育ガイドブック その理論から指導のしかたまで . 164-168, 医学書院, 東京, 1983.
- 6) 今村榮一：離乳の基本. 1-32 医歯薬出版株式会社, 東京, 1987.
- 7) 今村榮一：第3章. 離乳の基本の解説, 21-27 医歯薬出版株式会社, 東京, 1985.
- 8) 今村榮一：離乳についての覚え書き. 小児保健研究 54(1), 5-8, 1995.
- 9) JanRiordan：A Practical Guide to Breastfeeding /

竹内徹, 横尾京子訳：母乳哺育の実際. 393-402, 医学書院, 東京, 1988.

- 10) Roberts.Feldman：Child Development 139-141, Prentice-Hall,Inc, America, 1998.
- 11) 高津忠夫, 馬場一雄：心理学的に見た離乳47-50 角森出版社, 大阪, 1961.
- 12) 平山宗宏：母乳のやめかた 周産期医学 22 増刊号, 1992.
- 13) 南部春生：母乳哺育と乳児の行動発達, ペリネイタルケア 11 夏季増刊号：177-184, 1992.
- 14) 南部春生：断乳の時期とその遅れが児に及ぼす影響, 妊産婦をとりまく諸要因と母子の健康に関する総合的研究 平成4年度厚生省心理障害研究報告書：164-167, 1993.
- 15) 中尾優子：卒乳(断乳) についての実態調査. 佐賀母性衛生学会雑誌 2(1)：15-16, 1998.
- 16) 南部春生：断乳(卒乳) の時期が母子の健康に及ぼす影響に関する研究(第2報), 少子化時代に対応した母子保健事業に関する研究 平成6年度厚生省心身障害研究：197-201, 1995.
- 17) 南部春生：離乳と断乳「自然卒乳の提唱」 周産期医学 26(4)：525-530, 1996.
- 18) 柴田千鶴子, 藤永由美子, 大藤智佳, 砥石和子, 福井トシ子：断乳ケアの実態. 日本助産学会誌12(3)：104-107, 1999.
- 19) 岡本 暁(監修)：おっぱいを卒業するとき. 母乳と手作り離乳食. 45-47. 婦人の友社, 東京, 1999.

Weaning on Baby's Initiative:  
A Consideration of Japanese Terms related with Weaning

Yuko NAKAO<sup>1</sup>, Noriko MAEDA<sup>1</sup>, Harumi MIYAHARA<sup>1</sup>

1 Nagasaki University School of Health Sciences

**Abstract** There are two Japanese terms for weaning, "rinyu" and "chichibanare". The former emphasizes the nutritional and dietary development of babies in the process of changing from milk to solid food, whereas the latter emphasizes the psychological development of babies not to be attached to mother's nipples. There are two ways how a baby separates from breast-feeding. "Danyu" has been used as a term to stop breast-feeding by mother's will, whereas the concept of "sotsunyu" was introduced in 1990s which pay attention for weaning on baby's initiative. We discuss the importance of understanding the concept of "sotsunyu" for better psychological waning for mothers and babies.

Bull. Sch. Health Sci., Nagasaki Univ. 14(2): 65-69, 2001