



2015年7月15日  
株式会社オールアバウト  
富士山の銘水株式会社

### 【オールアバウト、富士山の銘水共同調査】

## 「粉ミルクの調乳時に使用する水に関する調査」を発表 ～母親の3人に1人が調乳の際「どの水を使ったら良いのかわからない」ことが判明～ ～調乳の際に使う水は「とりあえず水道水」、一方で「硬水」を使う人も～

総合情報サイト「All About」を運営する株式会社オールアバウト（本社：東京都渋谷区、代表取締役社長：江幡 哲也）と、富士山の銘水株式会社（本社：山梨県富士吉田市、代表取締役社長：粟井 英朗）は、1都3県在住の20～30代の現在乳児がいる女性330名を対象に「粉ミルクの調乳時に使用する水」に関する調査を実施しました。

近年、国内外からさまざまな飲料水が発売されています。そんな中、乳児用の粉ミルクを調乳する際に水道水の他に市販のミネラルウォーターを使用しても良いのかどうかを疑問に感じて、インターネット掲示板などで問い合わせをする母親の姿が見られます。そこで、乳児の調乳用の水としても安心して利用できる、ウォーターサーバーと天然水を販売している「フレッシュ」を運営する富士山の銘水株式会社と、育児に関して幅広い情報を提供している「All About」が共同で、現在乳児がいる女性に対して、実態調査を行いました。

### 調査結果のポイント

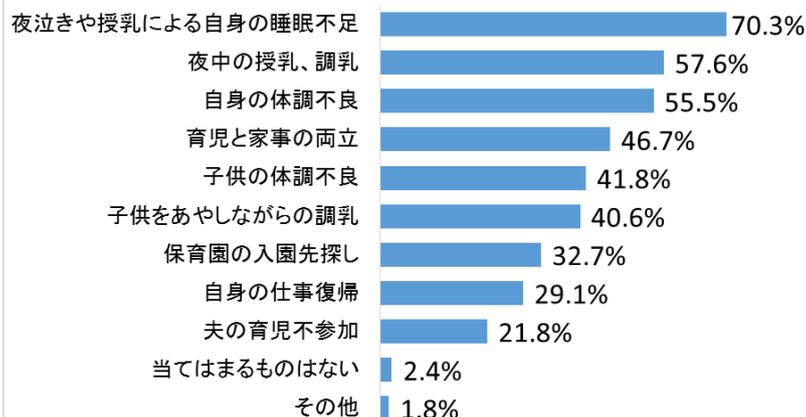
- 現在乳児がいる母親の7割が、育児の中で大変なことは「夜泣きや夜中の調乳などによる寝不足」だと回答  
さらに、3人に1人が「調乳する際に使用する水」の知識が曖昧であることが判明
- 粉ミルクの調乳に使う水は、「とりあえず水道水」  
硬度の高い「硬水」を調乳に使用しても良いと思っている人も2割程度存在
- 2割の母親が「ウォーターサーバー」を所持  
うち、8割が粉ミルクの調乳時にウォーターサーバーを使用していると回答

### ■ 調査概要

- ・ 調査期間 : 2015年5月8日（金）～5月13日（水）
- ・ 調査地域 : 東京都・千葉県・神奈川県・埼玉県
- ・ 有効回答数 : 20～30代 現在乳児がいる女性 330名
- ・ 調査方法 : インターネットリサーチ

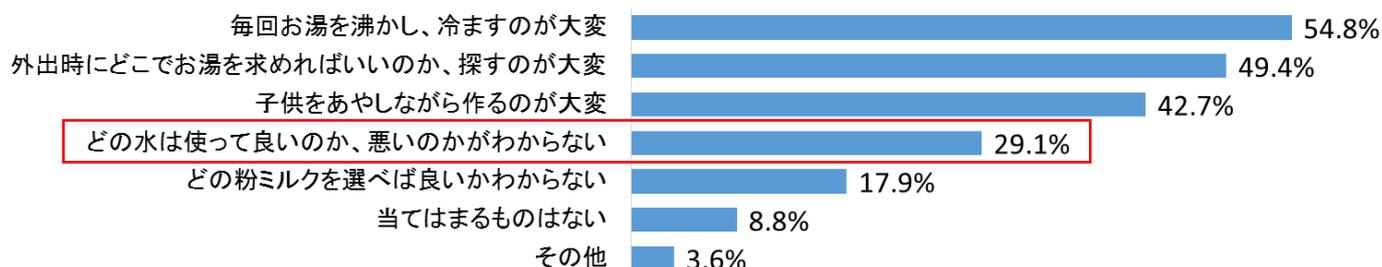
**現在乳児がいる母親の7割が、育児の中で大変なことは「夜泣きや夜中の調乳などによる寝不足」だと回答  
さらに、3人に1人が「調乳する際に使用する水」の知識が曖昧であることが判明**

グラフ1: 育児で大変だと思うこと(全体: 330名/複数回答)



20～30代の現在乳児がいる女性に対し、育児で大変だと思うことを聞いたところ、「夜泣きや授乳による自身の睡眠不足」(70.3%)が一番多く、次に「夜中の授乳、調乳」(57.6%)が挙げられました(グラフ1)。メディアなどでは「家事と育児の両立」(46.7%)や「夫の育児不参加」(21.8%)などが大きな話題となることが多く、今回の調査でもある程度の人数が当てはまるという結果になっています。しかし、それ以上に夜泣きや夜中の授乳・調乳による自身の睡眠不足などのほうが大変であるということが明らかになりました。

グラフ2: 粉ミルクを作るにあたって不安、不便、大変だと思うこと(全体: 330名/複数回答)



さらに、粉ミルクを使用している際に大変だと思うことについて聞くと、「毎回お湯を沸かし、冷ますのが大変」(54.8%)、「外出時にどこでお湯を求めればいいのか、探すのが大変」(49.4%)などといった回答が挙げられました。その一方で、3人に1人が「どの水を使って良いのか悪いのかわからない」(29.1%)と回答。調乳時に使う水についての知識が曖昧で不安に感じている母親がいることがわかりました(グラフ2)。

この結果について、All About「母乳育児」ガイドの浅井貴子氏は次のようにコメントしています。

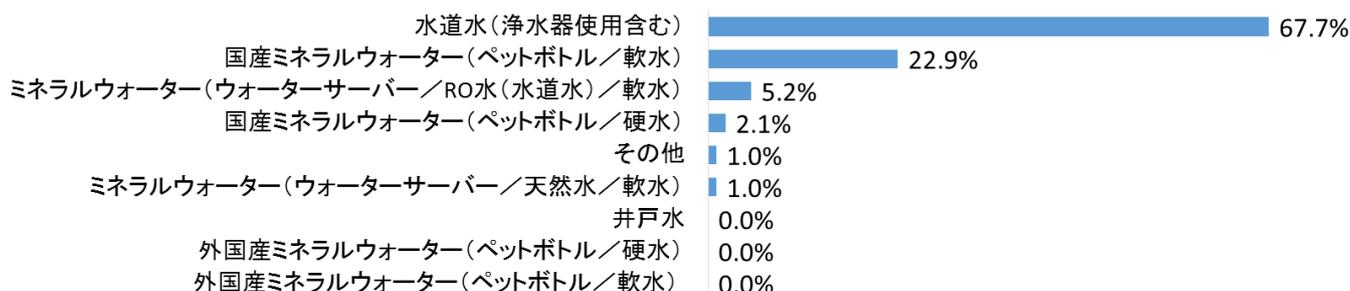
「今回の調査を踏まえて私も自治体の仕事で「赤ちゃん訪問」で各家庭に授乳や調乳についてお話を伺っていると、「市販されているどの水を使ってよいかかわからない」「水道水は安全なのか?」といった質問が実に多くです。今、与えている水を納得して安心して使っている人は実は少ないのではと思っています。実際、コンビニに行っても実に様々な水が外国製品も含めて販売されていてネットで検索すると膨大な量の水が紹介されています。天然水とうたっていても果汁が微量に入っているものもあるので、成分までチェックする必要があります。

またミネラルウォーターにも硬度があるという事、赤ちゃんには軟水や純水が適している事など育児期になって情報を得る人が多い様です。さらに混合栄養(母乳+ミルク)の場合などは、時として母乳をあげ、それから調乳をし、ミルクの温度が下がるまで赤ちゃんは泣き続けるという光景を沢山見えています。もっと簡単に調乳のプロセスを単純化して、ママにとっても赤ちゃんにとっても負担がない方法をご提案しながら、ミネラルウォーターの知識を母親学級など妊娠中から啓発活動をしていく必要があると思っています」

## 粉ミルクの調乳に使う水は、「とりあえず水道水」 硬度の高い「硬水」を調乳に使用しても良いと思っている人も 2 割程度存在

先程のグラフ 2 で、「調乳にどのの水を使って良いのか悪いのかわからない」という母親に対して実際に調乳の際に使用している水について聞くと、「水道水（浄水器使用）」（67.7%）が一番多く、次に「国産ミネラルウォーター（ペットボトル／軟水）」（22.9%）と続きました（グラフ 3※各回答項目の具体的商品例は末尾に記載）。

グラフ3: 現在調乳に使用している水※（調乳時に使用しても良い水、悪い水がわからない人:96名／複数回答）

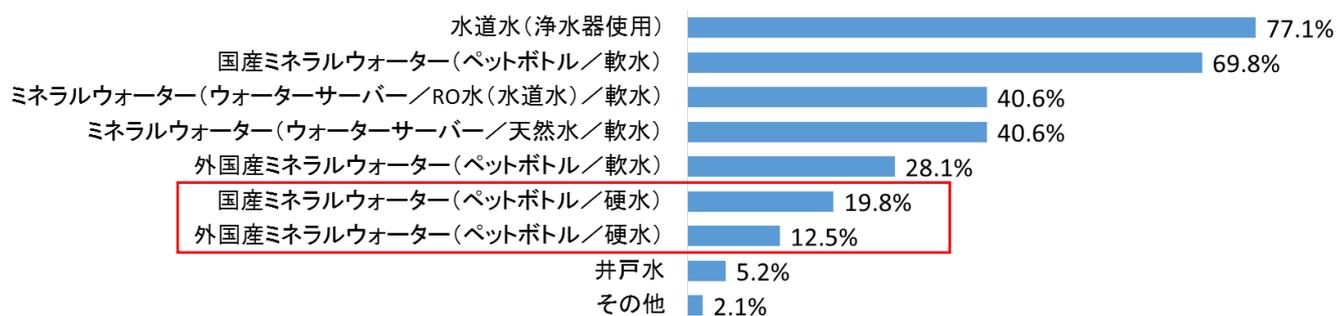


この結果より、調乳を行う際に、どのの水を使用して良いのか、悪いのかはわからないが、とりあえず水道水を使用している人が多いことは推察されます。

また、水道水や軟水を使用する人が大半の中で、2.1%の人が「国産ミネラルウォーター（ペットボトル／硬水）」を使用していることが明らかになりました。

さらに、調乳に使用しても良いと思う水について聞くと、「水道水（浄水器使用含む）」（77.1%）、「国産ミネラルウォーター（ペットボトル／軟水）」（69.8%）、「ミネラルウォーター（ウォーターサーバー／RO水・天然水／軟水）」（40.6%）が挙げられているなかで、「国産ミネラルウォーター（ペットボトル／硬水）」「外国産ミネラルウォーター（ペットボトル／硬水）」と“硬水”を選択した人も 1～2 割程度いることがわかりました（グラフ 4※各回答項目の具体的商品例は末尾に記載）。

グラフ4: 調乳に使用しても良いと思う水※  
（調乳時に使用しても良い水、悪い水がわからない人:96名／複数回答）



調乳時の水について、浅井氏は次のように解説しています。

「赤ちゃんの調乳で大切なのは、

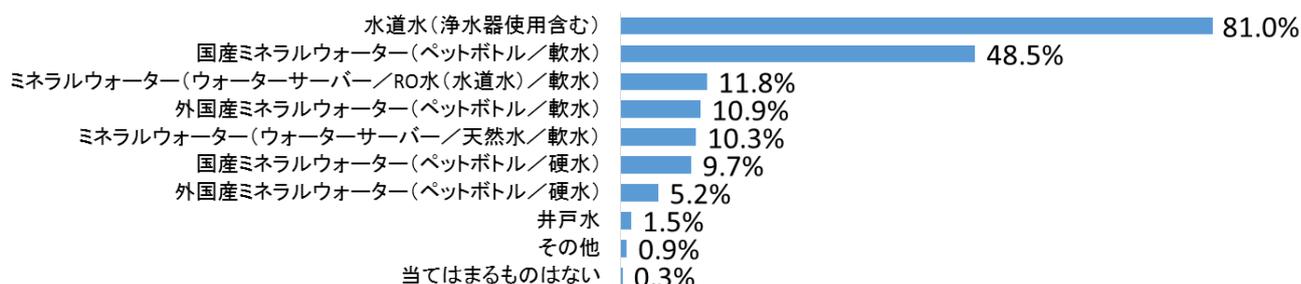
1. WHO（世界保健機構）が軟水の基準にしている 60mg 以下であること  
（硬度300mg/l以上の硬水は使わないでください）。
2. 定期的に放射能検査をしてホームページなどに公表している事がミネラルウォーターやウォーターサーバーを選ぶ基準になります。

ウォーターサーバーは調乳だけでなく、離乳食作りや授乳期のママの水分補給にも大いに活用できますので賢く、吟味して選ぶようにしていきましょう」

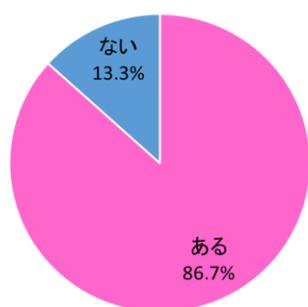
## 2割の母親が「ウォーターサーバー」を所持 うち、8割が粉ミルクの調乳時にウォーターサーバーを使用していると回答

一方で、母親自身が現在飲用している水を聞くと、「水道水（浄水器使用含む）」（81.0%）や「国産ミネラルウォーター（ペットボトル／軟水）」（48.5%）が多く、次にミネラルウォーターのウォーターサーバーなどが挙げられていました（グラフ5）

グラフ5: 自身が現在飲用している水(全体:330名/複数回答)



グラフ6: ウォーターサーバーの水を調乳に使用したことがあるか



粉ミルクを使用している際に大変だと思うこと（グラフ2）では、「毎回お湯を沸かし、冷ますのが大変」（54.8%）という項目が一番多く挙げられていました。そこで、70℃以上のお湯と冷却水の双方をすぐに使用できるウォーターサーバーの所持者60名に対し、粉ミルクを調乳する際にウォーターサーバーを使用しているかどうかを聞くと、86.7%が「ある」と回答していました（グラフ6）。

この実態に対し、浅井氏は

「東日本大震災の時に水不足があり、ウォーターサーバーの普及に拍車がかかったと言えます。簡単で上手な使い方は、

1. ミルクを入れた哺乳瓶の上に、出来上がり量の約半分のお湯を入れる
2. ミルクが溶けるように簡単に攪拌する。
3. 続いて水のレバーで残量を足し、適温をみる。

この手順だとももの見事に飲ませたいミルクの適温になり、ぐずらずに待たす事なく赤ちゃんに与える事ができます」とコメントしています。

※水の具体的商品例

※	種類	硬度	商品例
国産ミネラルウォーター	ペットボトル	軟水	南アルプスの天然水、おいしい水等
外国産ミネラルウォーター	ペットボトル	軟水	ボルビック等
国産ミネラルウォーター	ペットボトル	硬水	海洋深層水等
外国産ミネラルウォーター	ペットボトル	硬水	エビアン、コントレックス等
ミネラルウォーター	ウォーターサーバー	軟水(天然水)	フレッシュス、クリティア等
ミネラルウォーター	ウォーターサーバー	軟水(RO水)	クリクラ、アクアクララ等

このように、粉ミルクの調乳時に使用する水について、全ての母親がきちんと理解しているわけではないということが今回の調査で明らかになりました。また、粉ミルクの調乳に際して毎回お湯を沸かし、冷ますのが大変という意見も多く、こういった水なら使用しても良いのかといった啓発や、調乳の手間を少なくするツールなどの紹介が今後必要であるといえます。

## ■All About「母乳育児」ガイド 浅井 貴子氏のプロフィール



(ガイドプロフィール : <http://allabout.co.jp/gm/gp/466/>)

助産師。浜松医科大学産婦人科病棟、聖隷浜松病院 NICU 勤務後、フリーに。新生児訪問指導歴は約 30 年。毎月 30 件、年間 400 件近い新生児訪問を行う。産前、産後、妊活用ハーブティー AMOMA 開発担当者  
妊婦さん向けのプレママアロマ教室をはじめ、生活の木、WELEDA などでセミナー講師を務める。  
世田谷産後ケアセンターでは子育て支援講座やボディーケアを担当、産後ママ達に心と身体の支援を行う。  
産前、産後ピラティススタジオ PRANA 監修。育児アプリ「マイイク」監修  
『たまごクラブ』、『妊すぐ』、『赤すぐ』などのマタニティ雑誌で記事の監修。  
「妊娠、出産、育児のための安心アロマ&ハーブ」監修 池田書店

## ■富士山の銘水株式会社 広報担当 千崎 愛氏のコメント

当社のお客様も、ウォーターサーバーを導入されるきっかけとして妊娠・出産を機にご契約いただく方が多く、同時に「粉ミルクの調乳にフレシャスの天然水を使用して問題ないか?」とお問い合わせをいただくことがあります。今回、3人に1人が調乳の際「どの水を使ったら良いのかわからない」と回答している調査結果からもわかるように、不安なことが多い子育て中のお母さんが安心して水を選択できるよう、正しい知識を今以上に啓発していく必要があると実感しております。

当社の天然水は、富士山の標高1,000mの位置から採水し、天然ミネラルをバランスよく含んだミルク作りにも最適な軟水になります。さらに、定期的に放射性物質検査も実施し、成分・品質ともに安全な天然水を提供しております。

また、天然水だけでなく、ウォーターサーバーについても最新の「フレシャス・デュオ」のモデルは給水ボタンなどを上部に配置し、乳幼児の手が届きにくく、さらにチャイルドロック機能搭載で火傷、いたずら防止に配慮した安全性の高いモデルです。小さいお子様がいらっしゃるご家庭でも安心してご利用いただけるようデザイン性だけでなく機能面・安全面も追求して開発いたしました。  
調乳の手間を軽減でき、手軽に水分補給が可能なウォーターサーバーをより多くの家庭で導入いただきたいと考えております。

■オールアバウトについて URL : <http://corp.allabout.co.jp/>

株式会社オールアバウトが運営するAll Aboutは、約1,300のテーマごとに、専門の知識や経験を持った人＝「ガイド」が、その分野に関する情報を提供する総合情報サイトです。2001年2月15日のサイトオープン以来、順調にユーザ数を伸ばし、月間総利用者数は約3,360万人（2015年1月実績、スマートフォン、モバイル含む）となっています。

■富士山の銘水について URL : <http://www.frecious.jp/>

富士山の銘水株式会社では、富士山の標高1,000m地点の地下273mから採水したナチュラルミネラルウォーターを使用しています。

徹底した衛生管理と、その品質の高さから食品安全マネジメントシステムの国際規格であるFSSC22000の認証を取得。本認証の取得は、日本国内のウォーターサーバー専門メーカーとしては業界初となります。

美容と健康に良いとされる富士山のバナジウムを豊富に含んだ天然水は、発がん性物質の生成につながる恐れがある硝酸・亜硝酸窒素の濃度が極めて少ない非常に良い水質で、安全性と美味しさを両立している軟水になります。また、女性でも簡単に交換が行える軽量7.2ℓパックを開発しました。

**本件に関する報道機関からのお問い合わせ先：**

株式会社オールアバウト 広報担当：大竹・大貴  
TEL : 03-6362-1359 FAX : 03-6682-4229 E-mail : [pr@staff.allabout.co.jp](mailto:pr@staff.allabout.co.jp)

富士山の銘水株式会社 広報事務局 担当：佐藤・小泉  
TEL : 03-6427-1827 FAX : 03-6701-7543 E-mail : [info@kartz.co.jp](mailto:info@kartz.co.jp)