Love Earth. Love Life.
雪印ビーンスターク

NEWS RELEASE

雪印ビーンスターク株式会社

2026 年 10 月 9 日

10 月 10 日は「赤ちゃんの日」
赤ちゃんの日に考える離乳食　乳幼児の卵摂取開始をめぐる保護者の不安と実態
～雪印ビーンスタークのアンケート調査から～

雪印メグミルクグループの雪印ビーンスターク株式会社（本社：東京都港区 代表取締役社長：松永 政也）は、赤ちゃんの健やかな成長を願う 10 月 10 日「赤ちゃんの日」に合わせて、乳幼児の食物アレルギーで多い「卵」に着目したアンケート調査を実施しました。

■調査概要

- 調 査 期 間 ：2026 年 9 月 4 日（金）～9 月 9 日（水）
- 対　象　者 ：全国の 0～2 歳のお子様がいる雪印ビーンスターク　メンバーズクラブ「まめコミ」会員
  ※お子様が 2 人以上いる方は、ご家庭で一番下の子どもについて回答
- 回 答 者 数 ：1,718 名
  （月齢別回答者内訳　5 か月未満：519 名、5～6 か月：216 名、7～8 か月：180 名、
  9～11 か月：229 名、1 歳～1 歳 5 か月：349 名、1 歳 6 か月以降：225 名）
- 調 査 方 法 ：インターネットリサーチ

■TOPICS

今回の調査の結果でわかったこと
・卵黄、卵白・全卵の摂取開始時期は、「授乳・離乳の支援ガイド」の『離乳の進め方の目安』よりも遅め
・卵の摂取の開始が遅れる理由は保護者の「ばくぜんとした不安」

授乳・離乳の支援ガイド（2019 年版）では、「2. 離乳の支援の方法の（5）食物アレルギーの予防について」において、「食物アレルギーの発症を心配して、離乳の開始や特定の食物の摂取開始を遅らせても、食物アレルギーの予防効果があるという科学的根拠はないことから、生後5～6か月頃から離乳を始めるように情報提供を行う。」としています。

また、同じく（6）離乳の進め方の目安において、離乳初期（生後5～6か月）に「卵黄等をためしてみる」、離乳中期（生後 7～8 か月）に「1 回あたり卵黄1～全卵1／3」、離乳後期（9～11 か月）に「1 回あたり全卵1／2」と記載しています。

今回の結果では、『離乳の進め方の目安』に記載されている月齢においても、卵をあげていない保護者が多くみられました。

次のページから調査結果をご紹介いたします。

※食物アレルギーの有無、湿疹の状態、過去に食品を摂取した際の症状などにより対応は異なります。卵の摂取開始に不安がある場合や、医師から指示を受けている場合は、自己判断で進めず、医師等の専門家にご相談ください。

〇卵黄の摂取開始時期は授乳・離乳の支援ガイド(2019 年版)よりも遅め(図1)

『離乳の進め方の目安』には、離乳初期(生後5～6か月)に「卵黄等をためしてみる」と記載しています。
今回のアンケートでは、生後 5～6 か月で卵黄摂取の経験がある割合は 2 割を下回りました。

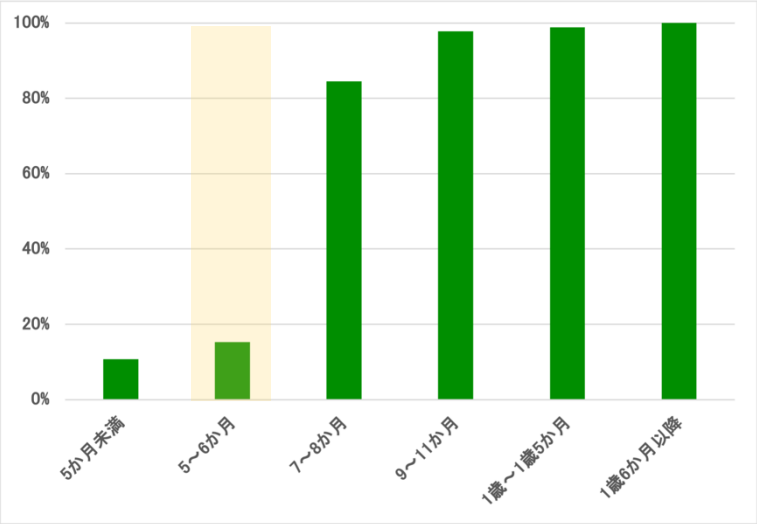


図1 月齢別 卵黄摂取割合
※黄色:『離乳の進め方の目安』で「卵黄をためしてみる」と記載している時期

〇卵黄をあげていない理由は「あげるのはまだ早い」と「ばくぜんとした不安」

卵黄をあげていない理由は月齢によって異なっていました(図 2)。

・卵黄開始の目安(5～6 か月)よりも月齢が低い 5 か月未満では、大半が「あげるのはまだ早いから」でした。

・月齢が進むにつれて「あげるのはまだ早いから」は減り、代わって「アレルギーが怖い」「何となく不安」が目立つようになります。「何かあったときに病院に行ける時間帯に離乳食をあげられない」という回答も選択されています。

・図には示していませんが、回答の選択肢にあった「自分や家族がアレルギーだから(0.4%)」「医師の指示だから(0.1%)」「湿疹があるから(0.9%)」という根拠や理由がはっきりしている回答を選んだ人は少数でした。

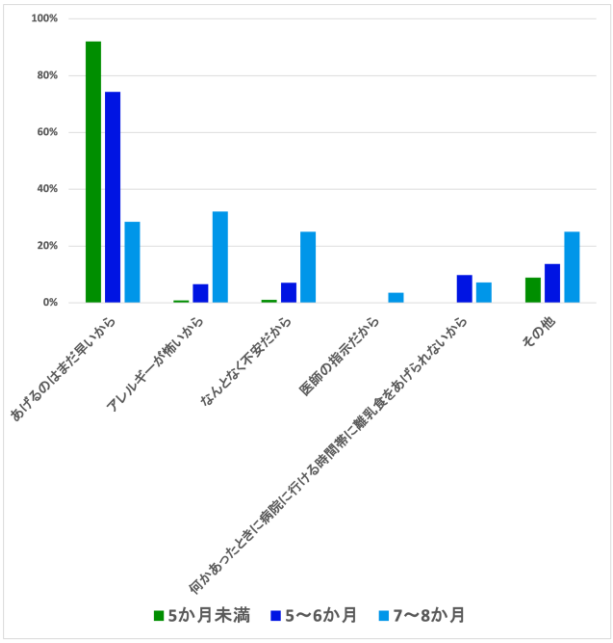


図 2 卵黄をあげていない理由(複数回答)

※( )内の数値は、5 か月未満～8 か月の月齢別卵黄未摂取者人数 674 名に対する割合です。

(補足)月齢別「卵黄をあげていない」人数

	5 か月未満	5～6 か月	7～8 か月	合計
卵黄未摂取人数/回答数	463/519	183/216	28/180	674/915

図 2「卵黄をあげていない理由」において 9 か月以降を省略している理由は、卵黄をあげていない方が少ないからです。

〇卵白・全卵の開始時期も『離乳の進め方の目安』より遅め

『離乳の進め方の目安』では、離乳中期（生後 7～8 か月）に「卵黄1～全卵1／3」、離乳後期（9～11 か月）に「全卵1／2」と記載しています。

今回のアンケートでは、生後7～8か月で卵白・全卵の摂取経験がある割合は 4 割を下回りました。

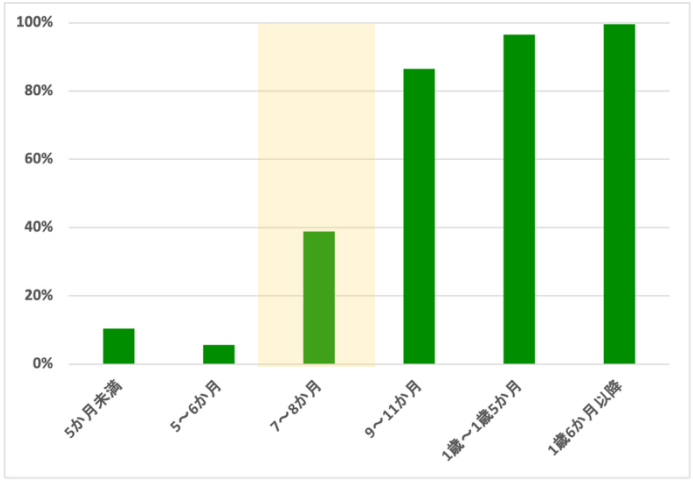


図 3　月齢別 卵白・全卵摂取割合

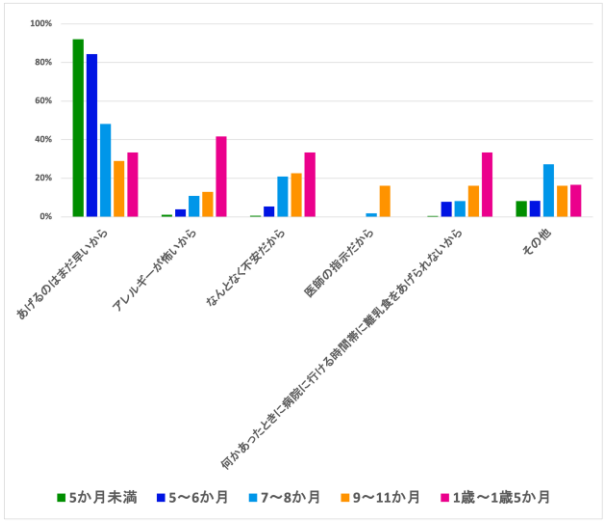
※黄色：『離乳の進め方の目安』で「全卵 1／3」と記載している時期

〇卵白をあげていない理由も「あげるのはまだ早い」と「ばくぜんとした不安」。

卵白・全卵をあげていない理由は月齢によって異なっていました（**図 4**）。

・卵白・全卵開始の目安（7～8 か月）よりも月齢が低い 5 か月、6 か月では、大半が「あげるのはまだ早いから」でした。

・月齢が進むにつれて「あげるのはまだ早いから」は減り、代わって「何となく不安」「何かあったときに病院に行ける時間帯に離乳食をあげられない」が目立つようになります。「アレルギーが怖い」という回答も選択されています。



（図 4）卵白・全卵をあげていない理由（複数回答）

・図には示しませんでしたが、生後 5～1 歳 3 か月未満に共通して、回答選択肢にあった「自分や家族がアレルギーだから（0.4%）」「医師の指示だから（0.4%）」「湿疹があるから（0.9%）」という根拠や理由がはっきりしている回答を選んだ人は少数でした。※（ ）内の数値は、5 か月未満～1 歳5か月の月齢別卵白・全卵未摂取者合計数 822 名に対する割合です。

・卵白・全卵をあげていない理由は保護者の「ばくぜんとした不安」によるものであることがわかります 。

（補足）月齢別「卵白・全卵をあげていない」人数

	5 か月未満	5～6 か月	7～8 か月	9～11 か月	1 歳～1 歳 5 か月	合計
卵白・全卵未摂取人数／回答数	465/519	204/216	110/180	31/229	12/349	822/1493

図4　1 歳6か月以降を省略している理由は、卵白・全卵をあげていない方が少ないからです。

・7 か月、8 か月に多い「その他」の具体的な内容では卵黄に関する回答が一定数見られました。

・（表 1）7 か月：その他と回答した方（17 名）の内容

（卵黄に関する回答）
まだ卵黄のチェックが途中だから
卵黄をまだ 1 個分食べられていないから
卵黄のアレルギー検査の段階だから
卵黄試しているから
卵黄でアレルギー反応のようなものがあったから
まだ黄身を食べさしている最中
卵黄の量がまだ少量で，ステップアップしていったうえで上げる予定
卵黄が終わり次第
黄身を始めたばかりだから
まだ黄身をテスト中だから
卵黄の量を少しずつ増やしていってから試したいが、あまり量を食べないため卵白や全卵に進めない。
もう少し卵黄を試してからとおもっているから

（そのほかの回答）
7 ヶ月にあげたいが、まだ 7 ヶ月になったばかりだから。
あげていたが、目の腫れがあったため医師に確認するまで摂取を控えているため
首が座ってないため、まだ離乳食をあげられてない。
離乳食を始めていないので
新鮮な卵を買いに行けてないため

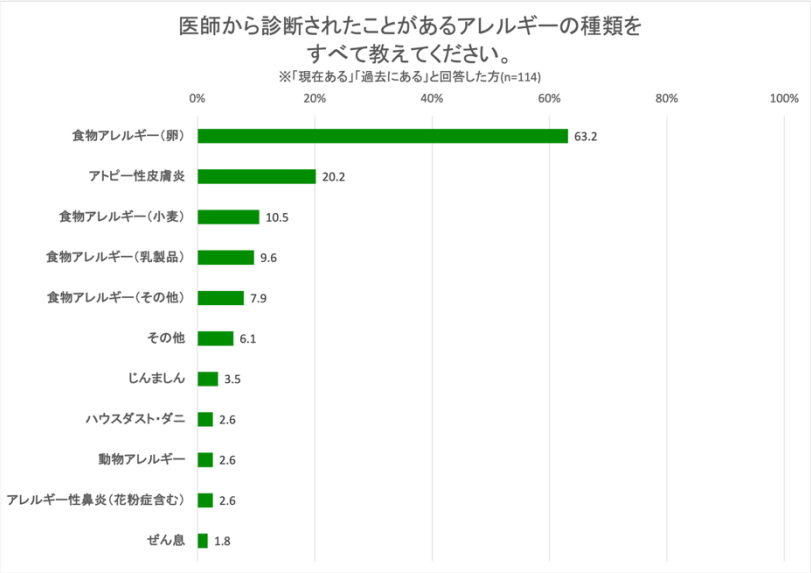
・（表 2）8 か月：その他と回答した方（14 名）の内容

（卵黄に関する回答）
本を参考にしていて、まだ黄身に慣れさせているところだからです。
まだ卵黄の量を増やして試してるときだから
卵黄が完了していないから
まだ卵黄でチェックしてる最中の為
卵黄を増やしている途中だから
卵黄１つを最近食べられるようになったばかりだから。そろそろ卵白も与えようと思っている。

（そのほかの回答）
ちょうどこれからあげ始める
ずるずると遅くなってしまった
体調を崩したりしていて、上がるタイミングを逃している
理由はない
その他のタンパク質の食品に慣れてからあげようと思っているから
時期を考え中
アレルギーだから

（参考）医師から診断されたアレルギーの種類

今回のアンケートで、医師からアレルギーと診断されたことがある 114 名の方に、診断されたアレルギーの種類をすべて回答していただきました。その結果、「食物アレルギー（卵）」が 63.2%と最も多くなりました。
次いで「アトピー性皮膚炎」20.2%、「食物アレルギー（小麦）」10.5%、「食物アレルギー（乳製品）」9.6%と続きました。



■調査結果の活用

まめコミ会員に対して、会員向けメールマガジンなどでアンケート結果を共有するとともに、「授乳・離乳の支援ガイド（2019年版）」に掲載されている内容とその背景に関する情報発信を強化してまいります。

【雪印ビーンスターク株式会社について】

企業理念「私たち雪印ビーンスタークは、赤ちゃんとお母さんをはじめ家族の健康といきいきしたくらしをサポートします。」のもと、育児用粉乳・離乳食などの育児関連商品及び機能性食品などの研究開発、製造・販売しています。
70 年以上続く母乳調査・研究の成果を生かした、より母乳に近い育児用ミルクなど、高品質な育児用品をお届けしています。このほか育児用ミルクの知見を生かした大人用のミルクや、心身の健康を保ち、QOL（生命の質、生活の質）を高めるために大切な口腔ケア商品など、ご家族皆様のすこやかな毎日にお役立ていただける商品を展開しています。
URL：https://www.beanstalksnow.co.jp/

【母乳の情報を提供する web サイト「母乳ラボ」】

雪印ビーンスタークが 70 年以上にわたり取り組んでいる、母乳研究についてわかりやすく紹介するとともに、母乳成分と赤ちゃんの発育・健康に関する情報や母乳にまつわる話題や豆知識をご提供しています。
URL：https://bonyuukenkyuu.com/

【メンバーズサイトや公式 SNS などでも情報を発信中】

・メンバーズサイト「まめコミ」
楽しい育児サポート情報と、専門の栄養士による育児相談窓口で、赤ちゃんとの素敵な暮らしを応援します。
メールマガジンでは子育てに役立つ情報を定期的に発信しています。
URL：https://www.mamecomi.jp/

本件に関するお問い合せ
雪印ビーンスターク株式会社ウェルネス事業部　広報担当

MAIL:m990020@beanstalksnow.co.jp