

**12年ぶりに改定された「授乳・離乳の支援ガイド」に完全対応！
『あんしん、やさしい 最新 離乳食オールガイド』発売
ベビーカレンダー発！産院の管理栄養士が考えた安心&栄養満点のレシピ 263点**

妊娠・出産・子育ての毎日を笑顔にする、ママと専門家をつなげるプラットフォーム企業、株式会社ベビーカレンダー（旧社名：株式会社クックパッドベビー、本社：東京都渋谷区、代表取締役：安田啓司、以下「ベビーカレンダー」）は、6月28日（金）に『あんしん、やさしい 最新 離乳食オールガイド』を株式会社新星出版社より発売いたしました。詳細は以下のとおりです。

※2019年3月、厚生労働省の「授乳・離乳の支援ガイド」が12年ぶりに改定※

＼知っていますか？これまでと、こんなことが変わりました！／

- 卵は離乳食初期（生後5～6カ月）からOK ←改定前は中期（7～8カ月）からとされていた
アレルギーの原因となる食品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。
- 母乳育児の場合は生後6カ月ごろから鉄不足の予防を ←改定前は9カ月ごろからとされていた
母乳育児の場合、赤ちゃんが生後6カ月の時点でヘモグロビン濃度が低く、鉄欠乏を生じやすいとの報告がある。
- イオン飲料は基本的に摂取の必要ナシ ←改定前は言及されていなかった
イオン飲料の多量摂取による乳幼児のビタミンB1欠乏が報告されている。必要な場合は、医師の指示に従う。



**新しいガイドにいち早く“完全対応”！
最新の『離乳食オールガイド』を制作しました**

2019年3月、厚生労働省の「授乳・離乳の支援ガイド」が12年ぶりに改定されました。新しいガイドには、最新の科学的知見や、授乳・離乳を取り巻く社会環境などの変化を踏まえたいくつかの変更点があります。

この改定に伴いベビーカレンダーは、新しい「授乳・離乳の支援ガイド」に完全対応するムック本『あんしん、やさしい 最新 離乳食オールガイド』を制作し、6月28日（金）より、全国の書店・オンライン書店にて発売いたしました。

監修は相模女子大学栄養科学部の堤ちはる教授（厚生労働省「授乳・離乳の支援ガイド」改定に関する研究会委員）。レシピ考案は全国の産院・病院の専門家が先行し、日本歯科大学の田村文誉教授（厚生労働省「授乳・離乳の支援ガイド」改定に関する研究会委員）がお口の発達に合わせた食べさせ方を指南。多くのスペシャリストの協力により、信頼できる最新の離乳食ガイドが完成しました。

レシピ協力産院・病院さま（50音順・敬称略）

医療法人社団愛和会 産科・婦人科 愛和病院 蔦田千奈美(管理栄養士)/医療法人修英会 遠藤産婦人科医院 石堀貴美(管理栄養士)・鈴木綾華(栄養士・食育インストラクター)・平山このみ(管理栄養士)・堀米美智子(管理栄養士)/医療法人社団吉祥会 加藤病院 石井智也(調理師)・谷内美恵(管理栄養士)・時田善昭(調理師)・錦織光代(管理栄養士)・吉崎葉子(管理栄養士)/医療法人恵愛会 恵愛病院 三田久美子(管理栄養士)/医療法人竹村医学研究会(財団) 小阪産病院 佐藤けい子(管理栄養士)・吉田美香(管理栄養士)/医療法人社団 佐野産婦人科医院 加藤さおり(管理栄養士)/医療法人社団双鳳会 山王クリニック 中村悟子(管理栄養士)・平田祐子(管理栄養士)/医療法人鳳生会 総合医療センター成田病院 矢部まり子(管理栄養士・調理師・ONP認定栄養カウンセラー)/医療法人泰誠会 永井マザーズホスピタル 飯田真澄(管理栄養士)・生田佳絵(管理栄養士)・松本桃代(管理栄養士)/医療法人社団政彬会 野田医院 磯野実奈子(管理栄養士)/助産院 牧岡マタニティハウス 牧岡晴美(助産院院長・助産師・中医薬膳栄養指導師)/医療法人社団 ミオ・ファティリティ・クリニック 栄養管理部(MFC 厨房スタッフ)7名一同/医療法人社団愛弘会 みらいウィメンズクリニック 荒谷美紗(管理栄養士・調理師・栄養カウンセラー)/医療法人成和会 山口病院 岡安香織(管理栄養士・調理師)/千葉県印西市内 総合病院栄養部 長崎貴代(管理栄養士)

【本件に関するお問い合わせ先】 株式会社ベビーカレンダー 担当：二階堂美和、大久渚月

TEL：03-6631-3600 FAX：03-6631-3601 MAIL：info@baby-calendar.jp

※本ニュースリリース内容をご使用いただく際は、出典の記載をお願い申し上げます。また、画像データ等の改変はご遠慮ください。

■ 離乳食の基本や、「授乳・離乳の支援ガイド」の変更点をわかりやすく解説

離乳食の目的や進め方をはじめ、栄養バランスの考え方や最新アレルギー情報、改定された「授乳・離乳の支援ガイド」に関する解説など、初めて離乳食づくりに挑戦するママ・パパが知りたいことをすべて網羅しています。ひと目でわかる便利なじ込みの一覧シート、「離乳食の進め方まるわかり表」と「食べられる食材早見表」付き！

■ 産婦人科・小児科の管理栄養士 30 人が安心&栄養を考えた最新レシピ 263 点

離乳食デビューから卒業までに対応し、月齢別・素材別のレシピ&調理方法をオールカラーで紹介しています。掲載レシピはすべて、産婦人科や小児科勤務の管理栄養士が考案し、安心かつ栄養満点。作り方のポイントやアレンジ方法も掲載しています。



■ 調理工程や食材のすりつぶし加減、赤ちゃんへの食べさせ方が動画でわかる！

本書に掲載されている QR コードを読み込むと、調理の基本テクニックやレシピの工程、赤ちゃんへの食べさせ方を、わかりやすい動画で確認することができます。写真で見ただけではわかりづらい、とろみ具合や、すりつぶし加減などが動画なら一目瞭然！



■ 時短に役立つ「フリージングレシピ」や、記念日を彩る「ハレの日&ちょいデコレシピ」も！

離乳食を毎回イチからつくるのは大変。そこで、まとめて調理して冷凍保存し、使うときには解凍・加熱するだけのフリージングレシピも紹介します。レンジ解凍で失敗しないポイント付き！
また、特別な日や季節のイベントに合わせ、ちょっとした工夫で華やかにアレンジできる離乳食レシピも必見です。

■ 先輩ママ 717 人に聞いた離乳食あるある、離乳食づくりの便利グッズ、裏ワザなどが満載

先輩ママに聞いた離乳食期のあるある体験談をはじめ、お子さんと離乳食の様子を掲載。実際に使って便利だった離乳食グッズや、逆に買ったけど使わなかったものなど、リアルな情報が満載です。

監修者・著者からのメッセージ



相模女子大学栄養科学部 教授 堤ちはる (厚生労働省「授乳・離乳の支援ガイド」改定に関する研究会委員)

生まれてからママのおっぱいやミルクで育ってきた赤ちゃんも、あっという間に離乳食をスタートさせる時期になります。成長の喜びを実感しながらも、「離乳食って、何を・どのくらい・いつから始めたらよいの?」と思っている方も多いのではないのでしょうか。

離乳期は、赤ちゃんにとって母乳やミルク以外の「食べ物」を口に入れることや飲み込むことを体験する貴重な時期です。そこでママやパパは、赤ちゃんがいろいろな食べ物や食べることに慣れていけるように適切な知識を身につけて、サポートしてあげましょう。

離乳食を進める際には栄養バランスや進み具合などに配慮しますが、赤ちゃんのペースに合わせてゆったり楽しい気持ちで取り組むことが望めます。なお、赤ちゃんもその日の気分で「食べたくない」と感じることもあります。しかし大人が日ごろから食卓を楽しんでいれば、それが赤ちゃんにも伝わり、赤ちゃんは食べることを楽しむ子どもに育っていくことでしょう。

そのためには、ママやパパは「おいしいね」「よい香りだね」「これはどんな味かな?」などと語りかけながら、和やかな雰囲気でする食事が大切です。これにより子どもの健全な心と体の発育・発達も促されています。赤ちゃんとの食事の楽しさを共有することが大切です。

この離乳期が、赤ちゃんとのママやパパにとってかけがえのない思い出となるように本書が広く活用されることを期待しています。



ベビーカレンダー編集長 二階堂美和

全国 400 院以上の産婦人科にサービスを提供しているベビーカレンダーには、産婦人科勤務の管理栄養士さんにご提供いただいた妊娠期の食事・離乳食レシピが 1000 品以上 (2019 年 5 月現在) あります。

今回、12 年ぶりに厚生労働省の「授乳・離乳の支援ガイド」が改定されました。私たちは新たなガイドラインについて「初めて離乳食をつくるママ・パパにもいち早く、分かりやすくお伝えしたい」という思いを抱き、「初めての離乳食」がよく分かるよう動画でご覧いただける仕組みを取り入れて、本書を提供させていただくことになりました。

編集にあたっては、全国の産婦人科勤務の管理栄養士や調理師など、専門家のみならず、監修を行ってくださった相模女子大学の堤ちはる先生、口腔医療でトップを走られている日本歯科大学の田村文誉先生、新星出版社様など多くの方にご協力をいただきました。ママやパパが本書によって少しでも離乳食作りが楽しくなり、より豊かな気持ちで赤ちゃんとの毎日がすごせるようになることを願っています。

『あんしん、やさしい 最新 離乳食オールガイド』

監修：堤ちはる（厚生労働省「授乳・離乳の支援ガイド」改定に関する研究会委員）

著者：株式会社ベビーカレンダー 発行所：株式会社新星出版社

判型：B5 変型判 ページ：192 ページ ISBN：978-4-405-04589-7

発売日：2019/06/28 定価：本体 1,300 円+税

▼オンライン書店での購入はこちら

Amazon：<https://amzn.to/2Y1NZgp>

楽天ブックス：<https://books.rakuten.co.jp/rb/15856364/>

▼本書の掲内容に関する動画はこちら

https://baby-calendar.jp/special/babyfood_recipe/videolist

その他のニュースリリースはこちら▶ <https://baby-calendar.jp/smilenews/release>

<ベビーカレンダーとは>

『ベビーカレンダー』は、月間 230 万人以上が利用している、医師・専門家監修の妊娠・出産・育児の情報サイトです。妊娠してから赤ちゃんが 1 歳になるまでの間、赤ちゃんの成長に合わせて、毎日必要な情報をお届けします。またこの度、『ベビーカレンダーアプリ』は第 12 回キッズデザイン賞の「子どもたちを産み育てやすいデザイン個人・家庭部門」において、「少子化対策担当大臣賞」を受賞しました。

表彰式の様子はこちら▶ <https://prtnews.jp/main/html/rd/p/000000023.000029931.html>

<キッズデザイン賞とは>

キッズデザイン賞は、「子どもたちが安全に暮らす」「子どもたちが感性や創造性豊かに育つ」「子どもを産み育てやすい社会をつくる」ための製品・空間・サービスなどの中から優れた作品を選び、広く社会へ発信することを目的としている顕彰制度です。



<公式 SNS から最新情報更新中！>

Facebook : <https://www.facebook.com/babycalendar/>

Twitter : https://twitter.com/baby_calendar

Instagram : <https://www.instagram.com/babycalendar/>

YouTube : <https://www.youtube.com/channel/UCFbISCmHFckHiFXsrcksuHA>

<会社概要>

- 社名：株式会社ベビーカレンダー (<https://corp.baby-calendar.jp>)
- 本社所在地：〒151-0053 東京都渋谷区代々木 1-38-2 ミヤタビルディング 10F
- 代表者：代表取締役 安田啓司 ■設立年月日：1991 年 4 月 ■主要事業：産婦人科向け事業、メディア事業