

調乳および冷凍母乳の取り扱い

調乳室は、専用の清潔な区域を設定しましょう。また、調乳、哺乳に使用する全ての器具は、次の使用前までに徹底的に洗浄し、滅菌消毒を行います。

①哺乳及び調乳器具の洗浄と滅菌方法

1. 石鹸で十分に手を洗う。
2. 器具（哺乳ビン、乳首及びスプーンなど）は、洗剤を入れた温水中で十分に洗う。哺乳ビン専用の清潔なビン用ブラシ、乳首用ブラシを使用し、ビンの内側と外側、乳首をこすり、残った粉ミルクを全て確実に除去する。
3. 洗浄後は、流水で十分にすすぐ。
4. 市販の滅菌器を使用する場合は、メーカーの取り扱い説明書に従って行う。もしくは、以下の方法で、調乳前に、煮沸消毒する。
 - 1) 大きな鍋に水をはり哺乳ビンを水中に浸す（中に気泡がないことを確認する）。
 - 2) 鍋にふたをしたまま、3分間煮沸させ、乳首を入れさらに2分間煮沸させる。
5. 滅菌器や鍋から器具を取り出す前には、再度、必ず、石鹸で十分に手を洗う。
6. 滅菌後の器具を取り出す際には、滅菌したトングやはしを使用し、特に、煮沸消毒した場合は、熱湯に気をつける。
7. 再汚染を防ぐ為に、器具は、使用直前に取り出すほうがよい。すぐに使用しない場合は、完全に組み立て清潔な場所にカバー（清潔なふきん等）をかけて、保管しておく。

②調乳の手順

別添1の「調乳方法」に従います。ただし、「ステップ5」と「ステップ6」は、順番通りにすると、湯気により粉ミルクが計量スプーンに付着してしまうため、先に粉ミルクを入れ（「ステップ6」）、後から湯をそそぐ（「ステップ5」）手順とします。このときの湯水の温度は、粉ミルクが溶け終わるまで、70℃以上を保つことが重要ですので、80℃前後の熱湯により調乳しましょう。

③その他の注意事項

- 調乳室では、清潔なエプロンを着用し、手拭きは使い捨てタル（ A° - B° -タル）を使用します。
- 粉ミルクの計量は正確に行いましょう。濃度を薄めたりしてはいけません。
- 調乳後のミルクは、できるだけ早く与え、飲み残しのミルクは廃棄します。（通常、30分後程度から細菌が増殖しはじめます）
- 哺乳後の器具類は、速やかに洗浄しましょう。
- 粉ミルクは、衛生的な場所に保管し、使用開始日を記入しておきます。
- 体調不良（下痢、発熱、腹痛等の有症状時）の時は、作業には従事しないようにしましょう。

④冷凍母乳を預かる場合の注意事項

冷凍母乳を受け入れるにあたっては、職員間で下記の「取り扱い方」および「解凍手順」を確認して始めることが重要です。また、冷凍母乳の使用を希望す

る保護者には、入所前に^{別添2}の「お母さんへの指導事項」を説明し、事前に十分な打ち合わせを行いましょう。

☆冷凍母乳の取り扱い方







1. 冷凍母乳は搾乳後すみやかに冷凍した冷凍後1週間以内のもので、当日分のみを受け取る。
2. 受け取る際には、名前、搾乳日時、冷凍状態を確認し、解凍しかけのものは、預からない。
3. 量が不足したり、母乳の微妙な温度の違いで飲まなかったりした時の対応について、事前に確認しておく。(代わりに粉ミルクを提供してよいかどうか)
4. 母乳バッグは、ラップか清潔なビニール袋で二重に覆ってもらい、受け取りの際、外側の1枚をはずし、冷凍庫(−15℃以下)で保管する。(給食室の冷凍庫を使用する場合は、専用の密閉容器に入れてから保管する)
5. 母乳は、飲む子どもの母親のものであることを確認する。病気感染などの防止のため間違わないようにする。

☆解凍手順







1. 授乳時間に合わせて解凍する。
2. 残っている1枚のラップまたはビニール袋をはずし、清潔な容器に水をはり、母乳バッグを入れ、流水で解凍する。急ぐときは、ぬるま湯で解凍してよいが、熱湯や電子レンジは絶対に避ける(母乳の免疫物質が破壊されるため)
3. 解凍できたら、40℃前後のお湯で人肌程度まで、湯せんで温め、バッグに付着している水滴を清潔なふきんでふき取る。このとき、成分が分離しやすいので、ゆっくり振り混ぜあわせる。
4. 解凍した母乳は、バッグの下の切り込み部分を引き裂いて、哺乳瓶に注ぐ。
5. 一度解凍したもの、および、飲み残しは、捨てること。再冷凍は厳禁。

乳児用調製粉乳の安全な調乳、保存及び取扱いに関するガイドラインの概要 (FAO/WHO共同作成)

哺乳ビンを用いた粉ミルク の調乳方法

	<p>Step 1 粉ミルクを調乳する場所を清掃・消毒します。</p>
	<p>Step 2 石鹸と水で手を洗い、清潔なふきん、又は使い捨てのふきんで水をふき取ります。</p>
	<p>Step 3 飲用水を沸かします。電氣ポットを使う場合は、スイッチが切れるまで待ちます。なべを使う場合は、ぐらぐらと沸騰していることを確認しましょう。</p>
	<p>Step 4 粉ミルクの容器に書かれている説明文を読み、必要な水の量と粉の量を確かめます。加える粉ミルクの量は説明文より多くても少なくてもいいけません。</p>
	<p>Step 5 やけどに注意しながら、洗浄・殺菌した哺乳ビンに正確な量の沸かした湯を注ぎます。湯は70℃以上に保ち、沸かしてから30分以上放置しないようにします。</p>
	<p>Step 6 正確な量の粉ミルクを哺乳ビン中の湯に加ええます。</p>

※①の水道水は沸騰法に基づき水質基準に適合することが確認されている自家用井戸等の水は調製粉乳の調製用として使用される。容器を袋に充填し、密栓又は密封した水のいづれかを食のたため清浄させたものを使用しましょう。

	<p>Step 7 やけどしないよう、清潔なふきんなどを使って哺乳ビンを持ち、中身が完全に混ざるように、哺乳ビンをやけどり振るまたは回転させます。</p>
	<p>Step 8 混ぜたら、直ちに流水をあてるか、冷水又は氷水の入った容器に入れて、搾乳できる温度まで冷やします。このとき、中身を汚染しないよう、冷却水は哺乳ビンのキャップより下に当てるようにします。</p>
	<p>Step 9 哺乳ビンの外側についていた水を、清潔なふきん、又は使い捨てのふきんでふき取ります。</p>
	<p>Step 10 瓶の内側に少量のミルクを垂らして、搾乳に適した温度になっているか確認します。生暖かく感じ、熱くなければ大丈夫です。熱く感じた場合は、搾乳前にもう少し冷やします。</p>
	<p>Step 11 ミルクを与えます。</p>
	<p>Step 12 調乳後2時間以内に使用しなかったミルクは捨てましょう。</p>



注意: ミルクを調乳する際には、加熱が不均一になったり、一部が熱くなる「ホットスポット」ができて、乳児の口にやけどを負わせる可能性があります。電子レンジは調乳しないでください。

〔冷凍母乳の持参を希望されるお母さんへ〕

○母乳を搾乳するときの注意点

- ①衛生面に気をつけましょう。搾乳前には、爪を短く切り、手をよく洗い、乳房・乳頭を洗淨綿などで拭きましょう。母乳バッグの内側は、手で触らないようにしましょう。
- ②搾乳器を使用する場合は、器具の取扱いや消毒にも気をつけましょう。
- ③衛生的な環境で、落ち着いて搾乳しましょう。
- ④搾乳量の多少にかかわらず、1回1バッグとしますが、乳汁の分泌をよくし、乳腺炎を防ぐため、そのつど完全に絞りとっておくようにしましょう。
- ⑤母乳バッグは、空気を十分に抜いて口がゆるまないように巻いて密着させて、シールを貼っておきます。
- ⑥母乳バッグをラップまたは清潔なビニール袋等で覆い、すぐに冷凍庫に保管しましょう。

○園へ冷凍母乳を預ける場合

- ①母乳バッグのシールには、お母さんの氏名、搾乳日時を記入します。
- ②母乳バッグを、ラップまたは清潔なビニール袋等でもう一重（上記⑥とあわせて合計二重に）覆います。
- ③凍結後一週間以内のものを凍ったまま園に持参してください。
持ち運ぶときは、保冷シートや保冷バッグ等を使って、解凍しないようにしましょう。
（園では、一週間以上前に搾乳したものや解凍しかけたものはお預かりできません。）
- ④園では、当日分のみをお預かりします。
- ⑤量が不足したり、母乳の微妙な温度の違いで飲まなかったりした時の対応について、粉ミルクを提供してもよいか、事前に、園へお伝えください。

○母乳を搾乳しないほうがよい時

- ①乳房、乳頭に発赤、しこり、痛みなどのある時。
- ②お母さんに発熱、下痢、肝炎等があったり、慢性の病気（糖尿病、心臓病、腎臓病等）があり、搾乳することで、母体に衰弱の危険がある時。
- ③服薬中の時は医師に相談してください。

※お母さんの健康状態が母乳に影響します。お母さん自身も、バランスのとれた食生活を心掛けるなど、健康状態に気をつけましょう。