

<全国の1～3歳の子どもを持つ母親(20～47歳)1500名に調査>

母親と子どもの排便に関する実態調査結果

－調査概要－

調査目的：母親と子どもの排便実態を把握する

調査対象：1～3歳の子どもを持つ母親（20～47歳）

調査地域：全国

調査方法：インターネットリサーチ

調査時期：2018年11月5日（月）～11月9日（金）

有効回答数：1500サンプル

※1 「子どもが便秘だと思う」「子どもが便秘だと思わない」各750サンプル

※2 子どもが1歳・2歳・3歳 各500サンプル

※3 子どもの男女比1：1

実施主体：特定非営利活動法人日本トイレ研究所、森下仁丹株式会社

<本件に関するお問い合わせ>

特定非営利活動法人 日本トイレ研究所

TEL：03-6809-1308 FAX：03-6809-1412

MAIL：web_ml@toilet.or.jp

※本資料を転載、引用される際は上記までご連絡の上、クレジット表記をお願いいたします。

結果概要

- 子どもが便秘状態※1の場合、子どもの便秘症状が気になりだした時期は「0歳」が53.5%である。その内訳は「6カ月未満」が23.3%、「6カ月以上1歳未満」が30.2%である。
- 離乳食開始時期は「6カ月」が37.6%である。一方、「1歳1カ月以上」が19.9%である
- 子どもが便秘状態の場合、排便頻度は「3日に1回」以下が47.0%である。
一方、子どもが便秘状態ではない場合、「3日に1回」以下が5.1%である
- 母親が便秘状態※2にある子どもの便秘率は46.4%で、母親が便秘状態ではない※3子どもの便秘率27.9%の約1.7倍である

主な調査結果

子どもの便秘症状が気になりだした時期（P.2）

多いものから順に「0歳」が53.5%、「1歳」が21.4%、「2歳」が14.9%、「3歳」が4.7%である。「0歳」の内訳は「6カ月未満」が23.3%、「6カ月以上1歳未満」が30.2%である。

離乳食を開始した時期（P.3）

離乳食開始時期は「6カ月」が37.6%である。年齢別では「0歳」が78.0%、「1歳以上」が22.0%である。

子どもの排便の頻度（P.5）

子どもが便秘状態の場合は「3日に1回」が35.7%で最も多く、「3日に1回」以下が占める割合は47.0%である。一方、便秘状態ではない子どもは「1日に1回」が46.8%で最も多く、「3日に1回」以下は5.1%である。

親と子どもの便秘の関係（P.11）

母親が便秘状態にある場合は、「子どもが便秘状態」46.4%、「子どもが便秘状態ではない」※4 53.6%である。一方、便秘状態ではない母親の場合は、「子どもが便秘状態」27.9%、「子どもが便秘状態ではない」72.1%である。

※1,4『小児慢性機能性便秘症診療ガイドライン』掲載のRomeⅢ診断基準において、チェック項目の該当数が2項目以上は便秘基準を満たすため、「便秘状態」とした。チェック項目の該当数が1項目以下は便秘基準に満たないため、「便秘状態ではない」とした。

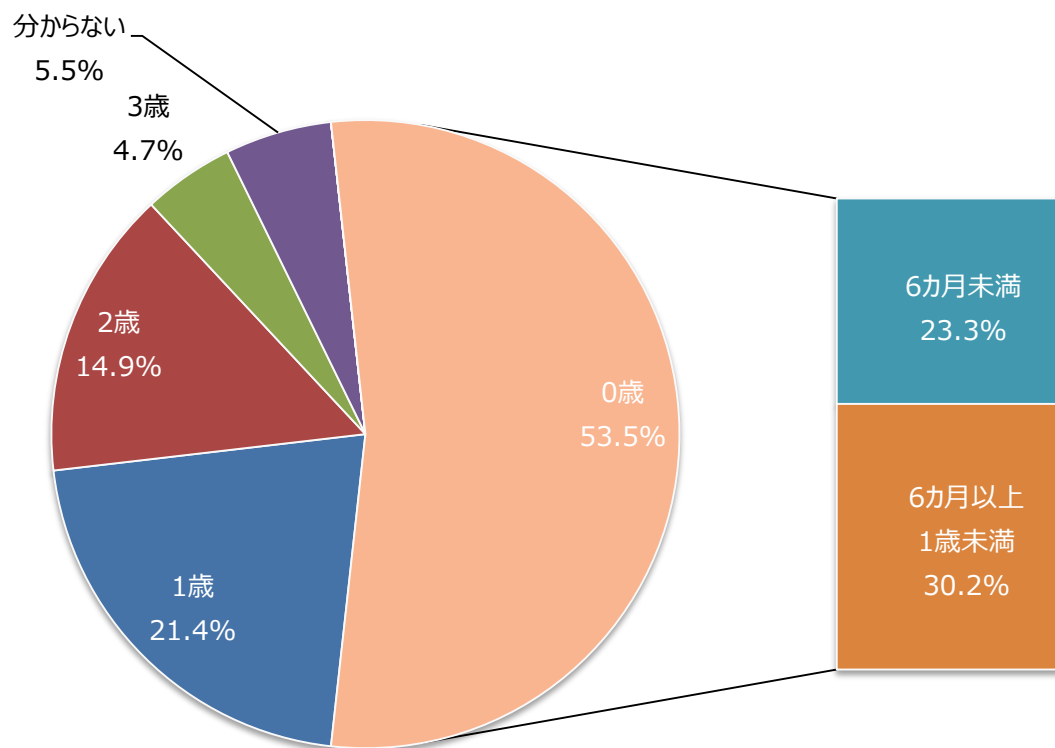
※2,3『慢性便秘症診療ガイドライン』掲載のRomeⅣ診断基準において、チェック項目の該当数が2項目以上は便秘基準を満たすため、「便秘状態」とした。チェック項目の該当数が1項目以下は便秘基準に満たないため、「便秘状態ではない」とした。

1. 子どもの便秘症状が気になりだした時期

子どもの便秘症状が気になりだした時期は、多いものから順に「0歳」が53.5%、「1歳」が21.4%、「2歳」が14.9%、「3歳」が4.7%となる。

「0歳」の内訳は、「6カ月未満」が23.3%、「6カ月以上 1歳未満」が30.2%であった。

Q1. 子どもの便秘症状はいつ頃から気になりだしましたか。最も近いものをお選びください。(1つ選択)
／子どもが便秘状態 (n = 568)

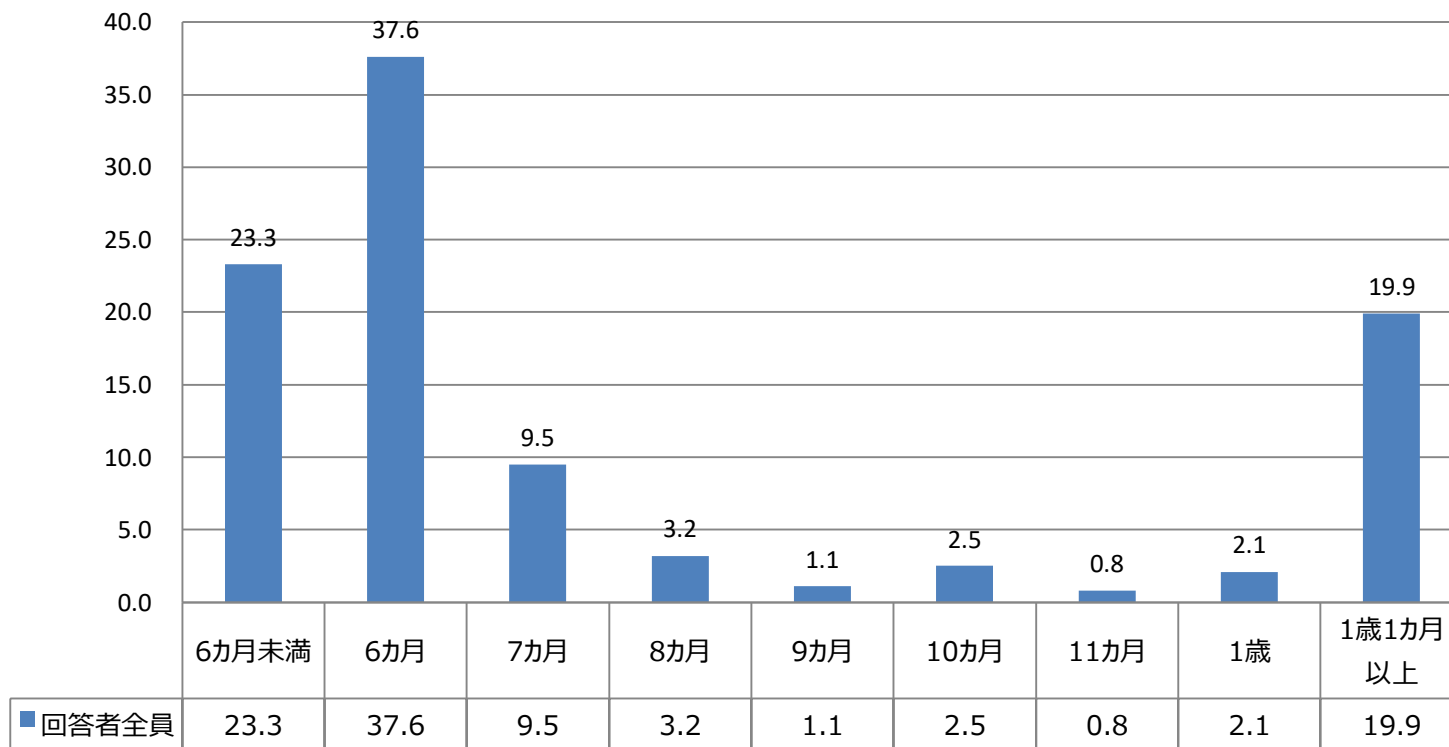


2. 離乳食を開始した時期

離乳食開始時期は「6カ月」が37.6%である。一方、「1歳1か月以上」が19.9%である。
年齢別では「0歳」が78.0%、「1歳以上」が22.0%である。

Q2. お子様の離乳食開始時期で当てはまるものをお選びください（1つ選択） / 本調査回答者全員（n = 1500）

単位（%）



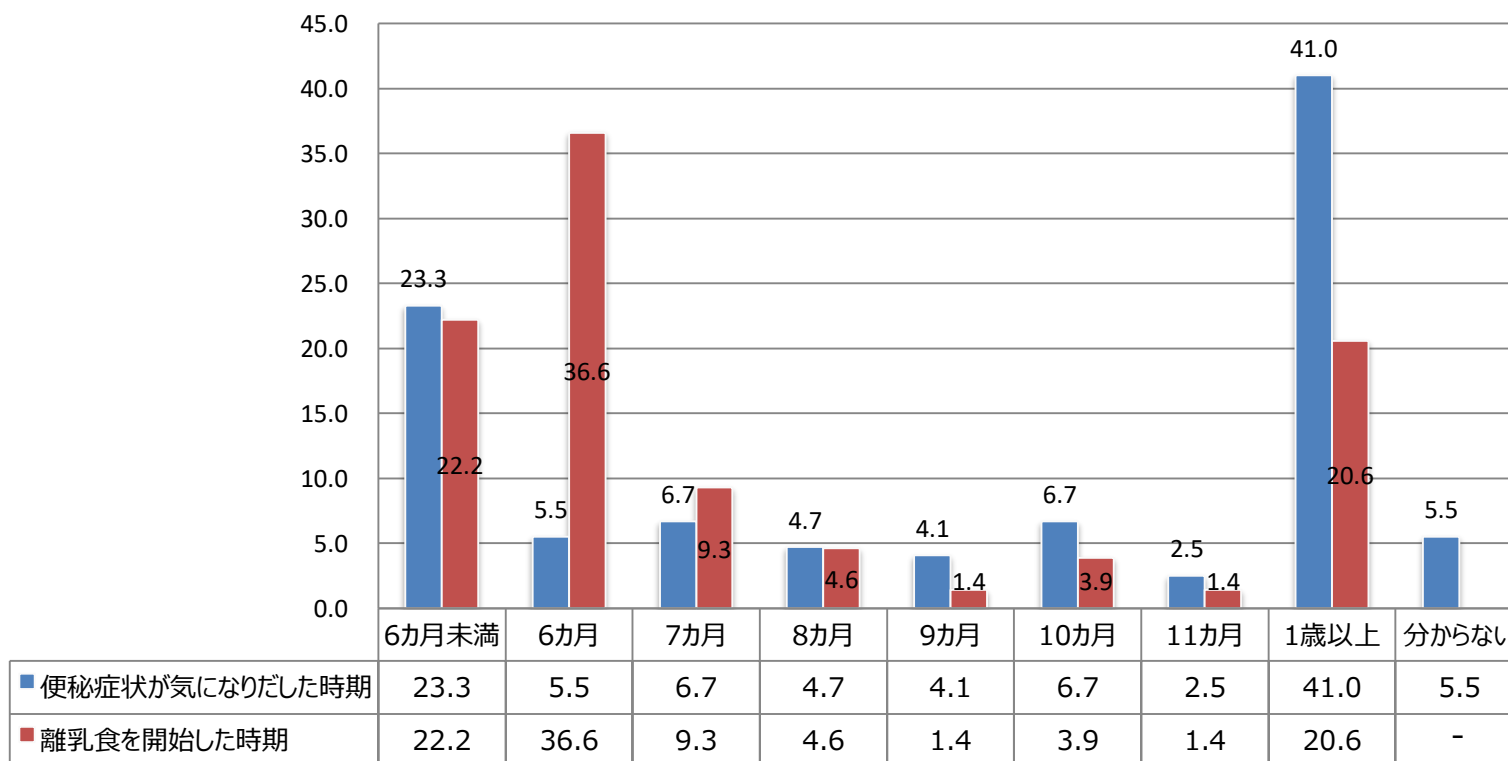
3. 便秘症状が気になりだした時期と離乳食を開始した時期の関係性

「6か月」に注目すると、「便秘症状が気になりだした時期」としては、1～3歳全体の5.5%（6か月以上1歳未満の中では18.2%）「離乳食を開始した時期」としては、1～3歳全体の36.6%（6か月以上1歳未満の中では64.0%）である。

（グラフを統一する際の都合により、「便秘症状が気になりだした時期」における1歳～3歳の数値を1歳以上とした。）

Q3. 便秘症状が気になりだした時期と離乳食を開始した時期の関係性 / 子どもが便秘状態（n = 568）

単位（%）

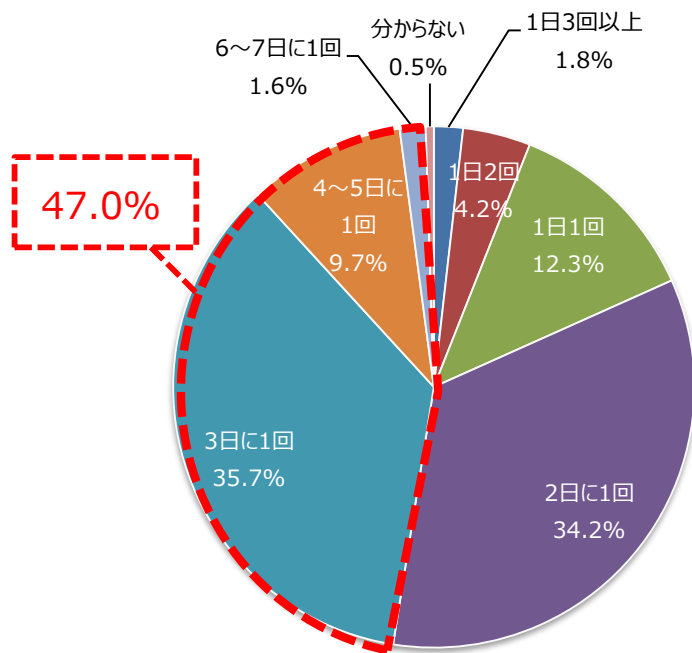


4. 子どもの排便頻度

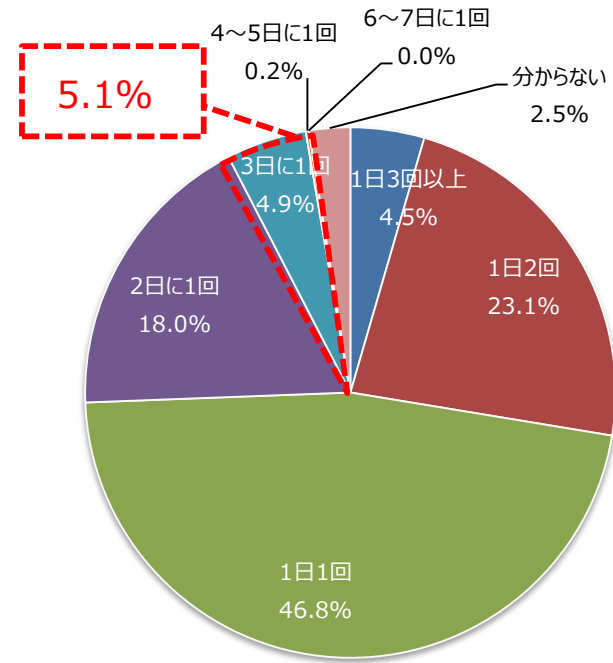
子どもが便秘状態の場合は、「3日に1回」※1が35.7%が最も多い。「3日に1回」を含め、頻度が少ないものを合計すると47.0%である。一方、子どもが便秘状態ではない場合は、「1日に1回」が46.8%で最も多く、「3日に1回」を含め、頻度が少ないものを合計すると5.1%である。

Q4. お子様の排便状態について伺います。平均的な排便頻度について最もあてはまるものをお選びください。（1つ選択）

／ 子どもが便秘状態（n = 568）、子どもが便秘状態ではない（n = 932）



子どもが便秘状態



子どもが便秘状態ではない※2

※1 排便頻度が「3日に1回」以下は便秘症を判断する一つの目安として用いられる。

※2 子どもが便秘状態に当てはまらない

5. 便秘症状（うんちの硬さ・痛み・出血）

子どもが便秘状態の場合は、「1カ月以上続いている」が41.7%、「1カ月未満だが症状がある」が40.3%である。一方、子どもが便秘状態ではない※場合は、「1カ月以上続いている」が4.1%、「1カ月未満だが症状がある」が11.6%である。

Q5. うんちが硬い、あるいは出すときに痛みがある、出血する / 子どもが便秘状態（n = 568）、子どもが便秘状態ではない（n = 932）

単位（%）



	1カ月以上続いている	1カ月未満だが症状がある	あてはまらない
子どもが便秘状態	41.7	40.3	18.0
子どもが便秘状態ではない※	4.1	11.6	84.3

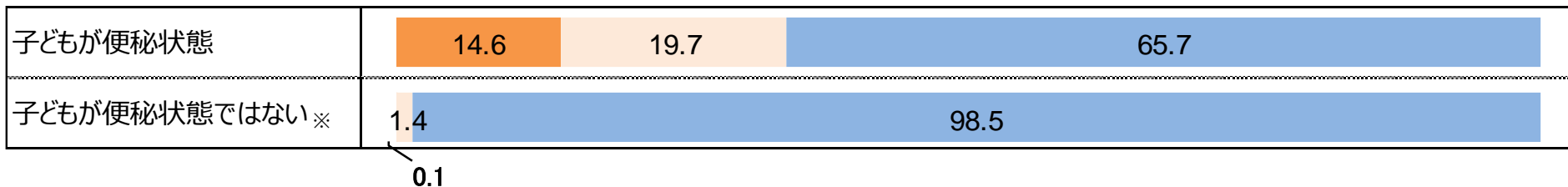
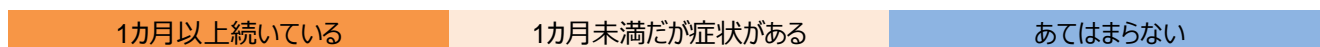
※子どもが便秘状態に当てはまらない

6. 便秘症状（うんちの硬さ・量）

子どもが便秘状態の場合は、「1カ月以上続いている」が14.6%、「1カ月未満だが症状がある」が19.7%である。一方、子どもが便秘状態ではない※場合は、「1カ月以上続いている」が0.1%、「1カ月未満だが症状がある」が1.4 %である。

Q6. トイレが詰まるくらい、大きなかたまりのうんちが出る / 子どもが便秘状態（n = 568）、子どもが便秘状態ではない（n = 932）

単位（%）



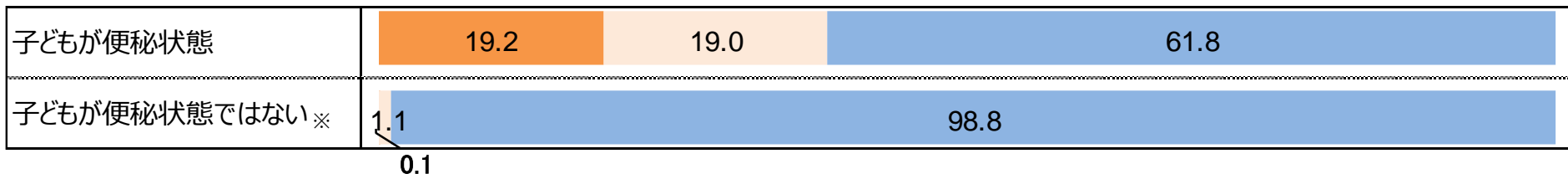
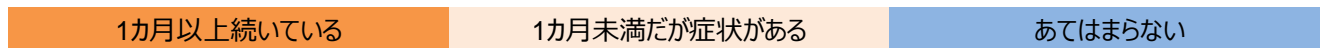
※子どもが便秘状態に当てはまらない

7. うんちの我慢

子どもが便秘状態の場合は、「1か月以上続いている」が19.2%、「1か月未満だが症状がある」が19.0%である。一方、子どもが便秘状態ではない※場合は、「1か月以上続いている」が0.1%、「1か月未満だが症状がある」が1.1%である。

Q7. うんちを我慢してしまう / 子どもが便秘状態 (n = 568) 、子どもが便秘状態ではない (n = 932)

単位 (%)



※子どもが便秘状態に当てはまらない

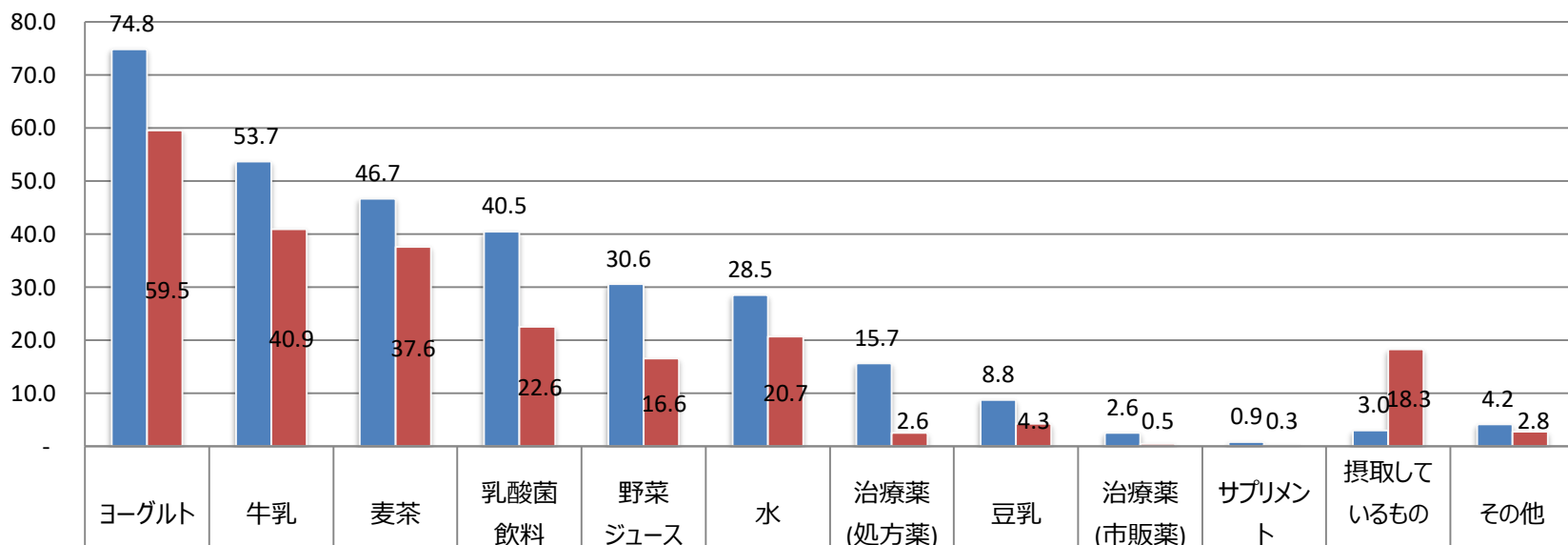
8. 排便のために摂取・服用しているもの

子どもが便秘状態の場合、最も多いのは「ヨーグルト」で74.8%、次いで「牛乳」が53.7%である。
 子どもが便秘状態ではない場合も同様に、最も多いのは「ヨーグルト」で59.5%で、
 次いで「牛乳」が40.9%である。

Q8. お子様の排便のために摂取・服用しているものについて当てはまるものを全てお選びください。(複数選択可)

／子どもが便秘状態 (n = 568) 、子どもが便秘状態ではない (n = 932)

単位 (%)



■ 子どもが便秘状態	74.8	53.7	46.7	40.5	30.6	28.5	15.7	8.8	2.6	0.9	3.0	4.2
■ 子どもが便秘状態ではない	59.5	40.9	37.6	22.6	16.6	20.7	2.6	4.3	0.5	0.3	18.3	2.8

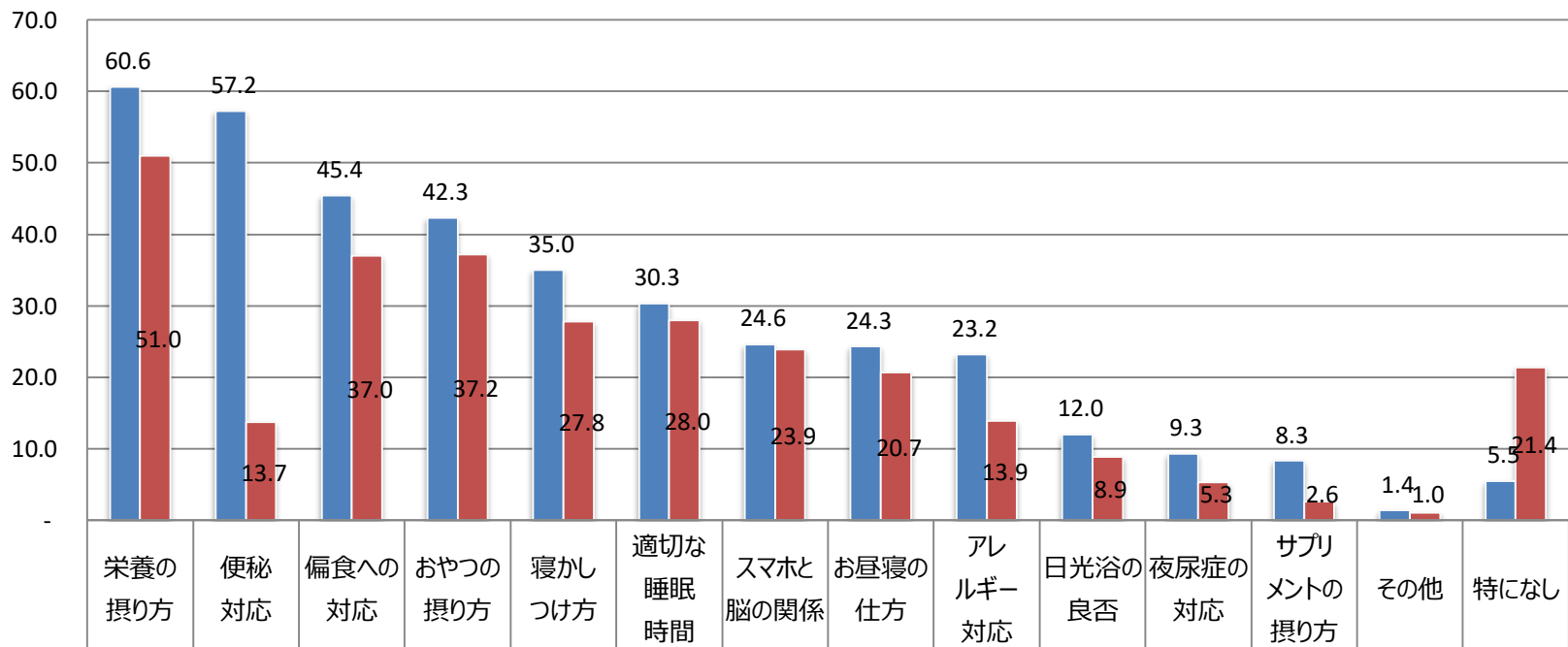
9. 健康情報への関心

子どもが便秘状態の場合、最も多いのは「栄養の摂り方」で60.6%、次いで「便秘対応」が57.2%である。子どもが便秘状態ではない場合、最も多いのは「栄養の摂り方」で51.0%だが、次いで「おやつの摂り方」が37.2%である。

Q9. お子様の健康について、詳しく知りたいことはありますか。当てはまるものを全てお選びください。（複数選択可）

／子どもが便秘状態（n=568）、子どもが便秘状態ではない（n=932）

単位（%）

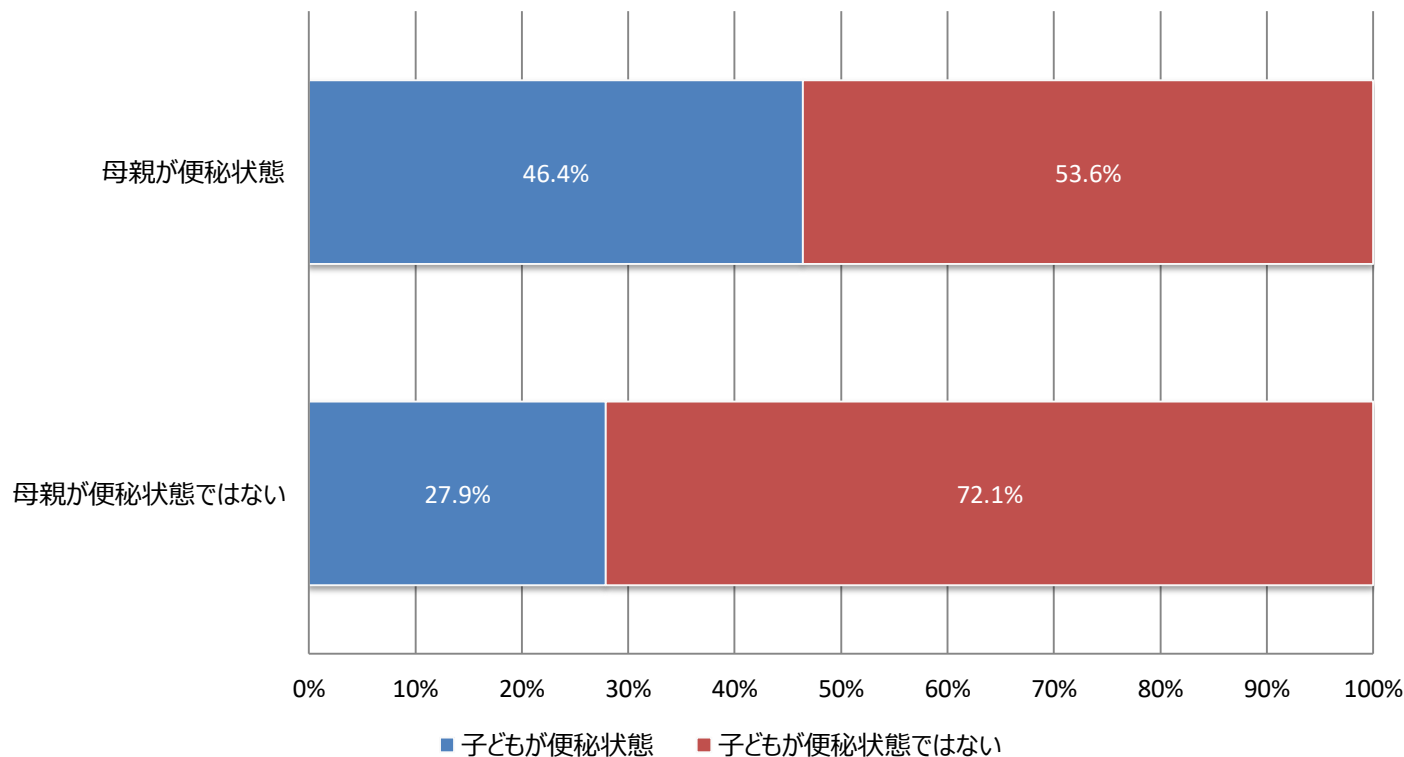


■ 子どもが便秘状態	60.6	57.2	45.4	42.3	35.0	30.3	24.6	24.3	23.2	12.0	9.3	8.3	1.4	5.5
■ 子どもが便秘状態ではない	51.0	13.7	37.0	37.2	27.8	28.0	23.9	20.7	13.9	8.9	5.3	2.6	1.0	21.4

10. 親と子どもの便秘の関係

母親が便秘状態の場合は、「子どもが便秘状態」が46.4%、「子どもが便秘状態ではない」が53.6%である。一方、母親が便秘状態ではない場合は、「子どもが便秘状態」が27.9%、「子どもが便秘状態ではない」が72.1%である。

Q10. 母親と子どもの便秘状況 / 母親が便秘状態 (n = 811)、母親が便秘状態ではない (n = 689)



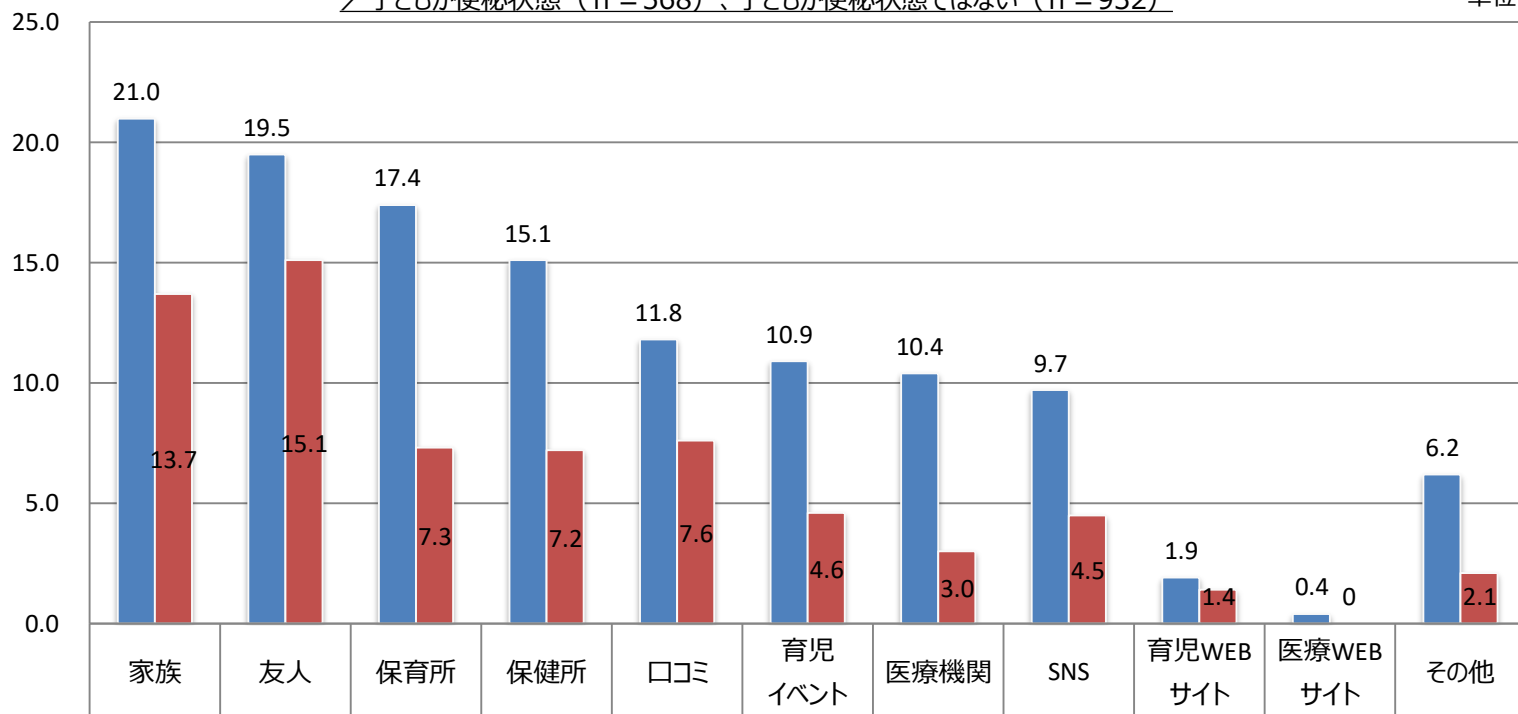
1.1. 排便情報の入手方法

子どもが便秘状態の場合、最も多いのは「家族」で21.0%、次いで「友人」が19.5%である。一方、子どもが便秘状態ではない場合、最も多いのは「友人」で15.1%、次いで「家族」が13.7%である。

Q11. お子様の排便情報はどこで得ていますか。当てはまるもの全てお選びください。（それぞれ複数回答可能）

／子どもが便秘状態（n = 568）、子どもが便秘状態ではない（n = 932）

単位（%）



■ 子どもが便秘状態	21.0	19.5	17.4	15.1	11.8	10.9	10.4	9.7	1.9	0.4	6.2
■ 子どもが便秘状態ではない	13.7	15.1	7.3	7.2	7.6	4.6	3.0	4.5	1.4	0	2.1

子どもの頃の生活習慣は、その後に大きく影響すると言われています。しかし、子育てや健康の考え方は日々変化し、最新の正しい情報を取捨選択することは難しくなっています。なかでも、「食」に比べて「排便」に関する情報は不足しているのが実態です。そこで、日本トイレ研究所は、子どもの排便とそれにかかわる情報入手方法の実態を把握することを目的に、アンケート調査を実施しました。

便秘状態と考えられる子どもに関して、便秘症状が気になりだした時期を質問したところ、「0歳」が53.5%、次いで「1歳」が21.4%、「2歳」が14.9%、「3歳」が4.7%という結果になりました。「0歳」の内訳は「6カ月未満」が23.3%で、「6カ月以上1歳未満」が30.2%となりました。

この結果から、便秘のケアはかなり早い段階から必要といえます。1歳以上に関しては、離乳食から幼児食への移行が生活リズムの変化に大きく関係するため、子どもの成長を見守りつつ、適切なタイミングでのケアをはじめることが大切です。

なお、便秘症状が気になりだした時期と離乳食を開始した時期の関係性については、相関性は低いことが分かりました。一方、便秘の有無にかかわらず、離乳食を開始した時期が「1歳1か月以上」と回答した割合が、全体の2割程度あることから、離乳食開始時期が遅めになっていることも分かりました。

母親の排便に関する情報源は、病院や保健所のような専門機関よりも、家族や友人に頼る傾向がありました。子どもの排便状況を改善していくには、排便に関する正しい情報を発信すること、保護者がその情報を得やすい環境を整えることが必須と考えます。日本トイレ研究所では、子どもの排便に関する正しい情報およびケアが得やすい環境を作るために、今後も提案や活動を展開したいと考えています。

特定非営利活動法人日本トイレ研究所

日本トイレ研究所は、「トイレ」をとおして社会をより良い方向へ変えていくことをコンセプトに活動しているNPO団体です。

トイレから、環境、文化、教育、健康について考え、すべての人が安心してトイレを利用でき、ともに暮らせる社会づくりを目指しています。

近年は、とくに「子どものトイレ・排泄環境」「災害時のトイレ・衛生環境」「街なかのバリアフリーなトイレ環境」の3つのテーマに力を入れています。

子どもたちのトイレ・排泄に関しては、小学校のトイレ空間改善やトイレ・排泄教育の実施、足形シールの作成、医療機関と連携して、排便に悩む子どものための病院リストの作成などを実施しています。

- これまでの主な調査
- ・2016年「親と子の便秘に関する意識調査」
- ・2017年「小学生の排便と生活習慣に関する調査」
- ・2018年「大地震におけるトイレの備えに関する調査」



<http://www.toilet.or.jp>

森下仁丹株式会社

「飲みやすく、携帯・保存に便利な薬を作りたい」。

創業者・森下博の想いを込められて「仁丹」は誕生し、「健康とともに安心と安全をお届けする」という健康理念のもと、原料を厳選し、優良品を製造することを志とするその想いは今も脈々と受け継がれています。

近年では長年の生薬研究から生まれた健康食品や素材、医薬品や医療機器の製造販売から医療用ジェネリック医薬品の製造販売、さらには銀粒仁丹の製造から着想を得た液体も包むことの出来る、ビーズ状のシームレスカプセル技術のバイオ及び工業用途の開発に至るまで、幅広い分野で企業活動を行っております。

母と子の健康にも着目し、乳幼児用プロバイオティクス製品の研究・開発、および「BabyD200（乳幼児用ビタミンDサプリメント）」をはじめとするこだわりの品質の製品を医療機関と連携しお届けしております。



森下仁丹

<https://www.jintan.co.jp>