

❓ 粉ミルク(乳児用調整粉乳)を70℃以上のお湯で溶かすワケを知っていますか？

・・・それは、粉ミルク中の病原菌を殺菌するためです。



⚠️ 粉ミルクは無菌ではありません。

ごく微量ですが、粉ミルクそのものや、溶かした粉ミルクに「*Cronobacter sakazakii*(サカザキ菌)」や「*Salmonella enterica*(サルモネラ菌)」といった細菌が入っていることがあり、問題視されています。

Cronobacter sakazakii (サカザキ菌) とは

サカザキ菌は、ヒト・動物の腸管内やトウモロコシ、キュウリ、レモンといった果実・野菜からも検出されることがあります。乳児(1歳未満の子ども)、特に未熟児や免疫不全児、低出生体重児を中心として「敗血症」や「壊死性腸炎」をおこすことがあり、重篤な場合には「髄膜炎」を併発することがあります。成人が感染した場合は、その症状はかなり軽度であるとされています。

サカザキ菌はサルモネラ菌と比べて、粉ミルクの製造環境により多く存在することがわかっていますが、厚生労働科学研究によると、日本の製品に含まれる量はごく微量で、333g中に1個と報告されています。

Salmonella enterica (サルモネラ菌) とは

サルモネラ菌は、主にヒト・動物の腸管内に生息する細菌で、数多くの種類があり、中にはチフス性疾患をおこすものや、下痢、発熱といった食中毒をおこすものがあります。

サルモネラ菌は、粉ミルクの製造過程では混入することはほとんどありません。粉ミルクを開封した後、粉ミルクを溶かすときや溶かした後に混入することがあるようです。

⚠️ サカザキ菌もサルモネラ菌も、乾燥した粉ミルクの中で長期間生存することが可能です。

サカザキ菌もサルモネラ菌も、乾燥した粉ミルクの中で増えることはありませんが、生存は可能です。つまり、開封後の粉ミルクに混入して、長い間生存することも考えられます。(サカザキ菌は乾燥した粉ミルク中で1年以上生存したという報告もあります。)

⚠️ 粉ミルクを溶かすときに使う哺乳瓶やスプーン、授乳に使う乳首が菌に汚染されている場合もあります。

溶かした後の粉ミルクの中のサカザキ菌とサルモネラ菌は、5℃以下に保つことで増えるのを抑えることができますが、これより高い温度(室温など)に置かれた場合は、急激に増える恐れがあります。

😊 適切な方法で粉ミルクを溶かしたり保存したりすれば、サカザキ菌やサルモネラ菌に感染するリスクを減らすことができます。

- ☑️ 粉ミルクを作る前に、手を石鹸と水で洗いましょう。
- ☑️ 哺乳ビンやスプーンなど、使用する器具はよく洗い、消毒しておきましょう。
- ☑️ 粉ミルクを溶かすときには、70℃以上のお湯を使いましょう。
- ☑️ お湯で溶かした粉ミルクは、流水にあてるか冷水又は氷水の入った容器に入れて、授乳できる温度まで短時間で冷やしましょう。
- ☑️ 溶かした後、2時間以内に使用しなかったミルクは捨てましょう。
- ☑️ 飲み残しのミルクは捨てましょう。



👉 [詳細な調乳方法は裏面参照](#)

【参考】 乳児用調整粉乳の安全な調乳、保存及び取り扱いに関するガイドライン 2007 (FAO/WHO)
病原微生物検出情報月報(IASR) vol.29 p223-224 (2008年8月号)

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



Step 1

粉ミルクを調乳する場所を清掃・消毒します。



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。



Step 3

飲用水※を沸かします。電気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。



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けません。



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。



Step 6

正確な量の粉ミルクを哺乳ビン中の湯に加えます。

※①水道水②水道法に基づく水質基準に適合することが確認されている家用井戸等の水③調製粉乳の調整用として推奨される、容器包装に充填し、密栓又は密封した水のいずれかを念のため沸騰させたものを使用しましょう。



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、哺乳ビンをやっくり振るまたは回転させます。



Step 8

混ざったら、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、授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。



Step 9

哺乳ビンの外側についた水を、清潔なふきん、又は使い捨てのふきんでふき取ります。



Step 10

腕の内側に少量のミルクを垂らして、授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、授乳前にもう少し冷まします。



Step 11

ミルクを与えます。



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。

注意：ミルクを温める際には、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ず可能性があるため、電子レンジは使用しないでください。

