

## 市区町村保健センターにおける母親の栄養・食生活支援に関する研究

母子保健研究部 堤ちはる

客員研究員 高野 陽

嘱託研究員 三橋扶佐子 (日本歯科大学生命歯学部共同利用研究センター)

### 要 約

妊娠中の栄養・食生活支援は、両親学級等で行われているが、出産後は、その支援対象は乳幼児になることが多い。しかし、乳幼児の母親の食生活の営みは、家族の健康状態に大きく影響する。そこで、本研究は市区町村の乳幼児の母親の食生活の把握状況と支援の方策について明らかにし、より効果的な栄養・食生活支援のあり方について、具体的な提言を行うことを目的に行った。

得られた結果の主なものは以下のとおりである。①母親の食生活の実態調査を既に行っている自治体では、母親の食生活支援の必要性を80.6%が感じていたが、実態調査を行っていない自治体では、その必要性を感じているのは57.1%と少なかった。②母親の食生活の実態調査を行うことで、母親の食生活の問題点が正しく抽出され、事業を展開する上での優先順位づけが可能となっていること、また、実際に母親の食生活支援の実施割合も高いことが明らかにされた。③母子の食生活支援を進める上での自治体の役割として、母親の食生活の実態調査を行っている自治体は、行っていない自治体よりも、指導的機関、各種相談機関のコーディネーター役を強化すべきとの意見が多く、受身的な姿勢ではなく、住民への食生活支援を積極的に行おうとする姿勢がみられた。④母親の知りたいことの上位に「手早くできる料理」、「子どもの喜ぶ料理」があがっていることから、食生活支援には、母親の興味のある調理実習、見学などを取り入れ、身近な食材、料理などをツールに、栄養バランスなどを教える実践的な栄養指導が効果的であると考える。

以上のことから、食生活支援を行う際には、母親の食生活の実態を把握することが重要で、その調査結果を事業へ反映することにより、母親のニーズに合致した支援の提供が可能となる。また、行政の母子保健担当者の食生活指導への自信が深まることが示唆される。

キーワード：栄養・食生活支援、母親、乳幼児、実態調査、保健センター

### Research on the support of nutrition and dietary habits in municipal health centers for mothers

Chiharu TSUTSUMI, Akira TAKANO, Fusako MITSUHASHI

**Abstract** : There is support for pregnant women on nutrition and dietary habits during childbirth classes. However after giving birth the target of support tends to be focused on only infants. Yet the dietary habits of mothers taking care of their infants greatly influence family health conditions.

Therefore, we carried out this study aiming to clarify how much municipal health centers have recognized mothers' dietary habits and how centers have provided support for them, and to make concrete suggestion on effective support for mothers on nutrition and dietary habits.

The main results are as follows: ① 80.6% of health centers which conducted surveys on mothers' dietary habits believe that support for the mothers is necessary. By contrast only 57.1% of health centers which didn't conduct surveys think that support for mothers is needed. ② Centers which conducted surveys were able to correctly recognize the problems resulting from mothers' dietary habits, and prioritize them in support schemes. Moreover, the centers which conducted surveys were able to provide more support. ③ Compared with those that did not, a higher ratio of centers which did conduct surveys believe that they should function more strongly as a leading organization at a local government level and as the coordinator among various counseling organizations. Moreover, centers which conducted surveys tend to not just provide passive counseling, but also actively support inhabitants. ④ Regarding diet, mothers show more interest in "fuss-free cooking" and "children's favorite dishes". Therefore practical nutritional instruction such as cooking lessons and demonstrations, and learning about nutritional balance using common ingredients and popular cooking recipes is effective for the support of dietary habits.

In conclusion, it is important to survey mothers' diets in order to support them. Moreover, in order to offer appropriate support which meets mothers' needs, the findings from surveys should be reflected in actual schemes. In addition, we found that by conducting surveys, the municipal staff in charge of mothers and childrens' health have gained more confidence in providing dietary habits guidance.

**Keywords** : Nutritional / dietary support, Mothers, Infants, Survey, Health center

## I. 研究目的

市区町村保健センター等における母子保健の栄養・食生活支援は、妊娠期・授乳期においては、厚生労働省から平成18年2月に公表された「妊産婦のための食生活指針」<sup>1)</sup>などを基に、両親学級、母親学級等で行われている。その後、出産を経ると、栄養・食生活支援の対象は乳幼児中心となることが多い。乳幼児に対する栄養・食生活指導は、従来からの授乳・離乳指導に代わり平成19年3月に「授乳・離乳の支援ガイド」<sup>2)</sup>が公表され、それに基づいた乳幼児期の「食」に対する支援が行われている。さらに幼児を対象にした食育の取り組みは、市区町村の保健所、保健センター、保育所、幼稚園、子育て支援センターなどにおいて積極的に取り組まれている。

しかし、家庭において、母親や家族が適切な食生活を営み、その環境の中で子どもの食に向き合っていかなければ、多方面からの乳幼児の「食」に対する支援の効果も十分に発揮できないと思われる。

乳幼児の母親の食生活について、著者らは先行研究<sup>3)</sup>で乳児の母親の食生活の現状を調査している。その結果によると、体重管理、栄養バランス、母乳育児、献立・調理に関する心配事や悩みが多数あげられており、母親に対しては未だ、十分な栄養・食生活指導が行われているとは言えない状況にあることが示されている。また、主食、主菜、副菜のそろった食事をしている母親は少なく<sup>4)</sup>、手早くできる料理、食事の栄養バランス、献立作成など、日常の食事に直結する事項を必要としていることも明らかにされており<sup>3)</sup>、それらへの支援も十分ではないことが推察される。

そこで、本研究においては、市区町村保健センター等の母子保健関連事業における乳幼児の母親に対する栄養・食生活指導、支援の実施状況、内容、及び実施上の問題点と課題について実態を把握し、そこからより効果的な食生活支援のあり方について、具体的な提言を行うことを目的に実施した。

## II. 研究方法

### 1. 調査方法および内容

調査対象は、全国の市区町村1795か所の保健センター等に配置されている母子保健の栄養・食生活に関わる管理栄養士・栄養士（管理栄養士・栄養士が未配置の場合には、母子保健の食生活・栄養業務担当者）に対して、調査票を郵送し、アンケート調査により乳幼児の母親の食生活支援状況の実態把握を行った。調査内容は、乳幼児の母親の食生活の把握状況、食生活の支援状況、今後の母子の食生活の支援などである。調査時期は、平成21年12月～22年1月である。

結果の統計解析にはSPSS (Ver. 17.0) を用い、母親の食生活の実態調査の有無で層別化を行った。また、有意

差は $\chi^2$ 乗検定を、母親の食生活の実態調査の有無別に実施した。

### 2. 倫理的配慮

本研究は、日本子ども家庭総合研究所の倫理審査委員会より承認を得て実施した。調査票には、調査依頼文書にて研究の趣旨を提示し、調査への協力は任意、無記名であること、統計的に回答を処理し、対象者に不利益を被らないことを説明した。データは研究目的以外に使用しないことを調査依頼文書に示し、質問紙の回答をもって承諾を得たものとした。

## III. 研究結果

### 1. 回収状況

依頼した全国1795か所の市区町村保健センター等から、1267通の回答票が回収された。それらは全て有効回答票であり、回収率は70.6%であった。

### 2. 回答者の資格

調査の回答者の資格等を表1に示す。回答者は管理栄養士が最も多く62.3%であり、次いで栄養士19.3%、保健師17.6%であった。看護師、助産師、事務職員の回答は少なく1%以下であった。

### 3. 母子保健主管課への管理栄養士、栄養士の配置

母子保健主管課への管理栄養士、栄養士の配置状況を表2に示す。管理栄養士については、常勤配置63.5%、非常勤配置16.9%、未配置28.1%であった。栄養士については、常勤配置22.7%、非常勤配置11.7%、未配置67.0%であった。管理栄養士、栄養士のいずれも未配置は13.7%であった。

### 4. 母親の食生活の実態調査

母親の食生活の実態調査の実施状況を表3に示す。実態調査を行っているのは22.5%であった。一方、行っていないのは行っているところよりも3.4倍多い、76.9%であった。

その実態調査結果を事業に反映させている自治体は18.5%、反映させていない自治体は4.0%であった。一方、無回答が77.5%であり、調査結果の活用状況を把握していない自治体が多かった。

### 5. 母親の食生活支援の必要性

乳幼児の母親の食生活について、自治体として支援する必要性について表5に示す。「とても感じる」のは62.4%、「やや感じる」が36.0%であり、「あまり感じない」は1.5%と少なかった。

次に、母親の食生活の実態調査を行っている自治体と行っていない自治体に分けて分析した。実態調査を行っ

ている自治体では、母親の食生活支援の必要性を「とても感じる」が80.6%と高率であった。一方、実態調査を行っていない自治体では57.1%であり、実態調査を行うことにより、母親の食生活支援の必要性を1.4倍多く感じていた。

母親の食生活支援の必要性についての考え方には、実態調査の実施の有無で結果に有意差がみられた。

## 6. 乳幼児の母親の食生活の問題点

乳幼児の母親の食生活の問題点を表6に示す。割合の高いものから順に、「野菜の摂取量が少ない」63.7%、「栄養バランスがとれない」60.2%、「食事のリズムが乱れている」57.5%、「料理ができない」51.2%、「1日3食とっていない」39.1%、「子どもの世話で自分の食事をおろそかにしている」34.1%であった。

次に、母親の食生活の実態調査を行っている自治体と行っていない自治体に分けて分析した。実態調査を行っている自治体は、行っていない自治体よりも、「野菜の摂取量が少ない」、「栄養バランスがとれない」、「料理ができない」、「1日3食とっていない」、「子どもの世話で自分の食事をおろそかにしている」については問題点として多くあげており、その差は有意であった。その中でも特に、「1日3食とっていない」については、実態調査を行っている自治体は行っていない自治体より問題とする割合が1.5倍高かった。

## 7. 乳幼児の母親が知りたいこと

乳幼児の母親が知りたいことを表7に示す。割合の高いものから順に、「手早くできる料理」89.1%、「子どもの喜ぶ料理」64.3%、「献立の立て方」59.9%、「食事の栄養バランス」58.2%、「食物アレルギーの知識」54.4%、「家族の健康に良い料理」37.1%であった。

次に、母親の食生活の実態調査を行っている自治体と行っていない自治体に分けて分析した。実態調査を行っている自治体は、行っていない自治体よりも、「手早くできる料理」、「子どもの喜ぶ料理」、「献立の立て方」、「家族の健康に良い料理」、「食品添加物の知識」、「食事のマナー」、「サプリメントの利用法」については問題点とする割合が高かった。特に、「手早くできる料理」と「家族の健康に良い料理」については、実態調査を行っている自治体は行っていない自治体よりも問題とする割合が有意差をもって高かった。

## 8. 母親の食生活支援の現状

乳幼児に対する一般的な事業の中で、乳幼児の母親自身の食生活支援の状況を表8に示す。「実施している」自治体は46.3%、「実施していない」自治体は53.7%であった。

次に、母親の食生活の実態調査を行っている自治体と行っていない自治体に分けて分析した。実態調査を行っ

ている自治体では、乳幼児に対する一般的な事業の中で、乳幼児の母親自身の食生活支援を「実施している」が69.1%と高率であった。一方、実態調査を行っていない自治体では39.6%であり、実態調査を実施していると、乳幼児に対する一般的な事業の中で、乳幼児の母親自身の食生活支援が1.7倍多く行われていた。

乳幼児に対する一般的な事業の中で、乳幼児の母親自身の食生活支援の状況は、実態調査の実施の有無で結果に有意差がみられた。

## 9. 母親の食生活支援についての考え

乳幼児に対する一般的な事業の中で、母親の食生活を支援することに対する考えを表9に示す。支援を「行うべき」は91.1%で、「どちらともいえない」は8.8%であった。

次に、母親の食生活の実態調査を行っている自治体と行っていない自治体に分けて分析した。実態調査を行っている自治体は、乳幼児に対する一般的な事業の中で、母親の食生活支援を「行うべき」が96.4%であるのに対し、実態調査を行っていない自治体では89.5%と低かった。一方、「どちらともいえない」が実態調査を行っている自治体が3.6%に対し、行っていない自治体では10.4%と約2.9倍多かった。

乳幼児に対する一般的な事業の中で、母親の食生活を支援することに対する考えには、実態調査の実施の有無で結果に有意差がみられた。

## 10. 母親の食生活支援を含めた事業

乳幼児の母親の食生活支援を含めた事業の実施の状況を表10に示す。「実施している」自治体は24.6%、「実施していない」自治体は68.4%、「今後実施予定」の自治体は7.0%であった。

次に、母親の食生活の実態調査を行っている自治体と行っていない自治体に分けて分析した。実態調査を行っている自治体は、「実施している」が48.5%に対し、実態調査を行っていない自治体では17.7%であり、「実施している」割合が2.7倍多かった。

乳幼児の母親の食生活支援を含めた事業の実施の状況には、実態調査の実施の有無で結果に有意差がみられた。

## 11. 乳幼児の食生活支援の評価

自治体の乳幼児に対する食生活支援状況の評価を表11に示す。「十分である」自治体は8.0%、「不十分であるが、ある程度の成果はあげている」自治体は58.5%、「不十分な状態である」自治体は16.4%、「なんともいえない」自治体は17.1%であった。

次に、母親の食生活の実態調査を行っている自治体と行っていない自治体に分けて分析した。実態調査を行っている自治体は、「十分である」、「不十分であるが、ある

程度の成果をあげている」が、それぞれ10.1%、64.9%であった。実態調査を行っていない自治体では、それぞれ7.4%、56.6%であり、実態調査を行っている自治体は成果をあげているとする割合が高かった。

一方、「不十分な状態である」は、実態調査を行っている自治体は12.7%であるのに対して、実態調査を行っていない自治体では17.5%であり、実態調査を行っていない自治体は、乳幼児に対する食生活支援の評価が低かった。また、「なんともいえない」と評価を保留する割合も、実態調査を行っている自治体は12.3%であるのに対して、実態調査を行っていない自治体では18.5%と高かった。

自治体の乳幼児に対する食生活支援状況の評価の状況には、実態調査の実施の有無で結果に有意差がみられた。

## 12. 母親の食生活支援の評価

自治体の母親に対する食生活支援状況の評価を表12に示す。「十分である」自治体は1.2%、「不十分であるが、ある程度の成果はあげている」自治体は17.5%、「不十分な状態である」自治体は63.3%、「なんともいえない」自治体は17.6%であった。

次に、母親の食生活の実態調査を行っている自治体と行っていない自治体に分けて分析した。実態調査を行っている自治体は、「十分である」、「不十分であるが、ある程度の成果をあげている」が、それぞれ2.2%、30.9%であった。実態調査を行っていない自治体では、それぞれ0.9%、14.1%であり、実態調査を行っている自治体は成果をあげているとする割合が2.2倍高かった。

一方、「不十分な状態である」は、実態調査を行っている自治体は52.9%であるのに対して、実態調査を行っていない自治体では66.4%であり、実態調査を行っていない自治体は、母親に対する食生活支援の評価が低かった。また、「なんともいえない」と評価を保留する割合も、実態調査を行っている自治体は14.0%であるのに対して、実態調査を行っていない自治体では18.6%と高かった。

自治体の母親に対する食生活支援状況の評価の状況には、実態調査の実施の有無で結果に有意差がみられた。

## 13. 母子の食生活支援を進める上で、強化すべき役割

今後、乳幼児の母子の食生活支援を進める上で、自治体の役割として強化すべき、最も大事と思われる項目を表13に示す。割合の高い項目順に「地域密着型の身近な相談機関としての役割」72.1%、「地域の指導的機関としての役割」10.2%、「地域子育て支援センターなど各種相談機関のコーディネート役」8.2%、「食生活上の問題を有する家庭への支援」5.6%であった。

次に、母親の食生活の実態調査を行っている自治体と行っていない自治体に分けて分析した。「地域密着型の身

近な相談機関としての役割」とする割合は、実態調査を行っている自治体の65.2%に比べて、実態調査を行っていない自治体は74.1%と高かった。

一方、「地域子育て支援センターなど各種相談機関のコーディネート役」は実態調査を行っている自治体が11.5%であるのに対し、実態調査を行っていない自治体は7.2%で、実態調査を実施している自治体の方が1.6倍高かった。「地域の指導的機関としての役割」についても、実態調査を実施している自治体は12.5%であるのに対し、実態調査を行っていない自治体は9.5%で、実態調査を実施している自治体の方が1.3倍高かった。

## IV. 考察

乳幼児の食事は、現在の心身の成長・発達に影響することに加えて、食習慣の形成や将来の肥満、2型糖尿病、高血圧や循環器疾患などの発症と関連があること<sup>5)~9)</sup>などから、乳幼児には適切な食事を、好ましい環境のもとに提供することが極めて重要である。そのうえ、乳幼児期には味覚や食嗜好の基礎も培われ、それらはその後の食習慣にも影響を与えるために、この時期の食生活や栄養については、生涯を通じた健康、特に生活習慣病予防という長期的な視点からも考える必要がある。

しかし、乳幼児を養育する母親の食生活については、主食、主菜、副菜のそろった食事回数は少なく、また、十分な食生活の知識を子どもに教える自信のない者も多い<sup>4)</sup>。そのため、自身の食生活管理と乳幼児に適切な食事を提供することについて、日頃から困難を抱える母親もいると推察される。

そこで、乳幼児の母親の食生活支援が重要であると考え、全国の市区町村保健センター等に、その支援状況についての実態調査を行い、得られた結果について考察を加えた。

### 1. 実態調査の重要性

母親の食生活支援の必要性を「とても感じる」割合は、既に母親の食生活の実態調査をしている自治体は80.6%と高いが、実態調査を行っていない自治体では57.1%と、その差は大きかった。これは、実態調査をした結果、母親の食生活支援の必要性を「とても感じる」のか、母親の食生活支援の必要性を日頃感じているから、実態調査を行っているのか、また、その両方なのか今回の調査結果からは結論できない。しかし、実態調査の有無により、自治体担当者の母親の食生活支援に対する意識が大きく異なることが明らかにされた。

また、実態調査をしていない自治体は、乳幼児の母親の問題点としてあげた項目が多岐にわたり、焦点がしばりきれていない状況であった。一方、実態調査をしている自治体は、乳幼児の母親が食生活で問題とする項目に、「野菜の摂取量が少ない」、「栄養バランスがとれていな

い、「料理ができない」、「1日3食とっていない」、「子どもの世話で自分の食事をおろそかにしている」を重点的にあげていた。これは、実態調査を行うことで、母親の食生活の問題点が正しく抽出され、自治体が事業を展開する上での確かな優先順位づけが行われていると推察される。そこで、各自治体において、事業を展開する場合には、まず対象者の実態調査を行うことの必然性があると考えられる。

## 2. 実態調査の捉え方

自治体における事業の展開については、対象者の実態を把握することで、ニーズに合致した的確な支援が可能となることが示唆される。しかし、一部の自治体では、対象者の実態調査をするには、「時間がない」、「予算がない」、「担当者がいない」などと、実施を躊躇してはいないであろうか。

実態把握は、「実態調査をする」と構えずに、できることから始めてみるのが勧められる。例えば、乳幼児健康診査（乳幼児健診）時の、待ち時間を利用して、母親に食生活で困っていること、知りたいことをA4版1枚程度のアンケート調査を行う、あるいは質問紙を用いなくても、乳幼児健診の待ち時間に、栄養士や保健師が、母子の相手をする会話の中から、何か困りごとはないのか、何を求めているのかなどを把握することも可能であろう。また、離乳食教室などの事業を行っている自治体は、事業評価をするために事後、参加者にアンケート調査を実施する機会があると思われるが、その時に、日常の食生活の悩みや知りたいことなどについて尋ねることも、母親の食生活の状況把握が可能となると考える。

さらに、児童館に出向く、子育てサークルの場に顔を出すなど、乳幼児の母親の集まる所で、母親と会話したり、また、乳幼児とその母親の様子を観察し、母親達の会話を聞くことなどによっても、母親の実態把握は可能であろう。

初めから、実態調査は「できない」、「無理である」と決め付けて諦めてしまうのではなく、「母親の実態を把握するには、どのようにしたらよいか」と、実態把握をすることを前提に、現在の事業内容を見直し、工夫をすることが重要であり、その姿勢が今後ますます求められると考える。

## 3. 相談機関と指導的機関

乳幼児の母子の食生活支援を進める上で、自治体の役割として強化すべき、最も大事と思われるものとして、母親の食生活の実態調査の有無に関わらず「地域密着型の身近な相談機関としての役割」が一番多くあげられていた。

それ以外の項目としては、母親の食生活の実態調査をしている自治体は、調査を実施していない自治体に比べ、「地域の指導的機関としての役割」、「地域子育て支援セ

ンターなど各種相談機関のコーディネイト役」をあげる割合が高かった。

これらの結果は、母親の実態調査をして、母親の状況を把握している自治体は、住民からの相談に対応する、という受身的な姿勢に加え、地域を指導する、コーディネイトするといった積極的な姿勢も重視しているとの解釈が可能であると思われる。

近年は、「指導」に代わり、「支援」が様々なところで叫ばれるようになってきた。「授乳・離乳の支援ガイド」<sup>2)</sup>も子育て「支援」を策定のねらいにあげており、対象者への「支援」は重要であることに異論はない。しかし、自治体の担当者は、乳幼児の母親の「あるべき理想の姿」、「目標とする姿」を思い描き、リーダーシップをとって「指導」、「助言」したり、コーディネイトすることも、「支援」と共に、極めて重要な役割ではないかと考える。

## 4. 栄養指導ツールとして調理の活用

母親の知りたいこととして、「食事の栄養バランス」は58.2%の自治体があげていたが、それ以上に「手早くできる料理」は89.1%、「子どもの喜ぶ料理」は64.3%と高率で、母親は料理について知りたいと望んでいることが明らかにされた。そこで、調理実習や見学を積極的に取り入れることが望ましいが、その際、料理について教えると共に、身近な料理や食材に関連付けて、栄養バランスなども教える栄養指導が勧められる。これにより、母親は自分が興味のある話題の中で、基本的な栄養の知識を身につけることができ、栄養指導が効果的に実施されると考えるからである。

近年、管理栄養士養成校カリキュラムにおいては、調理実習の時間数は多いとはいえない。しかし、母親の調理に対するニーズは高いことから、管理栄養士は、自らが調理について学ぶ姿勢をもち続け、さらに、それを地域住民にわかりやすく教えることができる能力を養うことが必要とされよう。

## V. 結論

妊娠中の栄養・食生活支援は、両親学級等で行われているが、出産後は、その支援対象は乳幼児になることが多い。しかし、乳幼児の母親の食生活の営みは、家族の健康状態に大きく影響する。そこで、本研究は市区町村の乳幼児の母親の食生活の把握状況と支援の方策について明らかにし、より効果的な栄養・食生活支援のあり方について、具体的な提言を行うことを目的に行った。

得られた結果の主なものは以下のとおりである。

- ①母親の食生活の実態調査を既に行っている自治体では、母親の食生活支援の必要性を80.6%が感じていたが、実態調査を行っていない自治体では、その必要性を感じているのは57.1%と少なかった。
- ②母親の食生活の実態調査を行うことで、母親の食生活

の問題点が正しく抽出され、事業を展開する上での優先順位づけが可能となっていること、また、実際に母親の食生活支援の実施割合も高いことが明らかにされた。

③母子の食生活支援を進める上での自治体の役割として、母親の食生活の実態調査を行っている自治体は、行っていない自治体よりも、指導的機関、各種相談機関のコーディネート役を強化すべきとの意見が多く、受身的な姿勢ではなく、住民への食生活支援を積極的に行おうとする姿勢がみられた。

④母親の知りたいことの上に「手早くできる料理」、「子どもの喜ぶ料理」があがっていることから、食生活支援には、母親の興味のある調理実習、見学などを取り入れ、身近な食材、料理などをツールに、栄養バランスなどを教える実践的な栄養指導が効果的であると考える。

以上のことから、食生活支援を行う際には、母親の食生活の実態を把握することが重要で、その調査結果を事業へ反映することにより、母親のニーズに合致した支援の提供が可能となる。また、行政の母子保健担当者の食生活指導への自信も深まることが示唆される。

母親の食生活の実態調査の有無により、母親への支援状況が異なると、母子の食生活の状況や健康状態にはどのような影響が出るのかについて、長期的に観察していくことも今後は求められるであろう。

なお、今回の調査は、乳幼児の母親に焦点をあてて実施したが、子育ては母親に限定されるものではなく、子どもを取り巻く全ての人への栄養・食生活支援、指導が求められていると考える。

#### 謝辞

本研究を行うにあたり、ご協力をいただきました社団法人日本栄養士会行政栄養士協議会会長 梶忍様、東京都中央区保健所統括主査 白田久美子様、江東区保健所保健予防課栄養指導担当係長 松野三砂子様、厚木保健福祉事務所保健福祉部保健福祉課主査 米明地夕佳様に深謝いたします。

また、調査にご協力いただきました全国の市区町村の母子保健関係者の皆様に心より感謝申し上げます。

#### 文献

- 1) 厚生労働省：「妊産婦のための食生活指針」、平成18年2月。
- 2) 厚生労働省：「授乳・離乳の支援ガイド」、平成19年3月。
- 3) 堤ちはる、高野陽、三橋扶佐子：妊産婦の食生活支援に冠する研究（Ⅰ）－妊娠中および出産後の食生活の現状について－、日本子ども家庭総合研究所紀要、平成19（2007）年度、第44集、93-122、平成20年3月。
- 4) 堤ちはる、高野陽、三橋扶佐子：子どもの食生活支援に関する研究－子育て中の母親の食育について－、日本子ども家庭総合研究所紀要、平成18（2006）年度、第43集、111-130、平成19年3月。
- 5) Waterland R. A., Garza C. : Potential mechanisms of metabolic imprinting that lead to chronic disease. *Am. J. Clin. Nutr.* 69, 179-197, 1999.
- 6) Martorell R., Stein A. D., Schroeder D. G. : Early nutrition and later adiposity. *J. Nutr.* 131, 874S-880S, 2001.
- 7) Must A., Strauss R. S. : Risks and consequences of childhood and adolescent obesity. *Int. J. Obes. Relat. Metab. Disord.* 23(Supple2), S2-11, 1999.
- 8) Nader P. R., O'Brien, Houts R., Bradley R., Belsky J., Crosnoe R., Friendman S., Mei Z., Susman E. J. : National Institute of Child Health and Human Development Early Child Care Research Network. Identifying risk for obesity in early childhood. *Pediatrics*, 118, 594-601, 2006.
- 9) Stettler N., Stalling A., Troxel A. B., Zhao J., Schinnar R., Nelson S. E., Ziegler E. E., Strom B. L. : Weight gain in the first week of life and overweight in adulthood. : A cohort study of European American Subjects. *Fed. Infant Formula, Circulation*, 111, 1897-1903, 2005.

表1 回答者の資格等

	回答数	(%)
管理栄養士	779	(62.3)
栄養士	241	(19.3)
保健師	220	(17.6)
看護師	11	(0.9)
事務職	7	(0.6)
助産師	2	(0.2)
医師	0	(0.0)
その他	7	(0.6)

表2 母子保健主管課への管理栄養士、栄養士配置の有無

	回答数	(%)
管理栄養士常勤	795	(63.5)
管理栄養士非常勤	212	(16.9)
管理栄養士配置なし	351	(28.1)
栄養士常勤	284	(22.7)
栄養士非常勤	146	(11.7)
栄養士配置なし	838	(67.0)
管理栄養士・栄養士ともに配置なし	171	(13.7)

表3 乳幼児の母親の食生活の実態調査の有無

	回答数	(%)
あり	281	(22.5)
なし	962	(76.9)
無回答	8	(0.6)

表4 乳幼児の実態調査結果の事業への反映の有無

	回答数	(%)
はい	232	(18.5)
いいえ	50	(4.0)
無回答	969	(77.5)

表5 乳幼児の母親の食生活支援の必要性

p<0.05

	母親の食生活の実態調査				合計
	あり		なし		
	回答数	(%)	回答数	(%)	
とても感じる	225	(80.6)	548	(57.1)	773 (62.4)
やや感じる	51	(18.3)	395	(41.2)	446 (36.0)
あまり感じない	3	(1.1)	16	(1.7)	19 (1.5)
合計	279	(100.0)	959	(100.0)	1238 (100.0)

表6 乳幼児の母親の食生活の問題点

\* p<0.05: 母親の食生活の実態調査あり vs. なし

	母親の食生活の実態調査					合計
	あり		なし			
	回答数	(%)	回答数	(%)		
野菜の摂取量が少ない	203	(72.2)	589	(61.2)	*	792 (63.7)
栄養バランスがとれない	185	(65.8)	563	(58.5)	*	748 (60.2)
食事のリズムが乱れている	156	(55.5)	559	(58.1)		715 (57.5)
料理ができない	159	(56.6)	477	(49.6)	*	636 (51.2)
1日3食とっていない	148	(52.7)	338	(35.1)	*	486 (39.1)
子どもの世話で自分の食事をおろそかにしている	112	(39.9)	312	(32.4)	*	424 (34.1)
外食、コンビニの利用が多い	81	(28.8)	316	(32.8)		397 (31.9)
食事に関心がない	90	(32.0)	291	(30.2)		381 (30.7)
テレビ等からの情報に左右されやすい	71	(25.3)	296	(30.8)		367 (29.5)
食事を菓子ですませる	72	(25.6)	229	(23.8)		301 (24.2)
その他	44	(15.7)	95	(9.9)	*	139 (11.2)

表7 乳幼児の母親が知りたいこと

\* p&lt;0.05: 母親の食生活の実態調査あり vs. なし

	母親の食生活の実態調査					
	あり		なし		合計	
	回答数	(%)	回答数	(%)	回答数	(%)
手早くできる料理	261	(92.9)	846	(87.9)	* 1107	(89.1)
子どもの喜ぶ料理	194	(69.0)	605	(62.9)	799	(64.3)
献立のたて方	176	(62.6)	569	(59.1)	745	(59.9)
食事の栄養バランス	162	(57.7)	561	(58.3)	723	(58.2)
食物アレルギーの知識	147	(52.3)	529	(55.0)	676	(54.4)
家族の健康に良い料理	126	(44.8)	335	(34.8)	* 461	(37.1)
食品添加物の知識	40	(14.2)	131	(13.6)	171	(13.8)
生活習慣病と食事の関係	37	(13.2)	129	(13.4)	166	(13.4)
食事のマナー	19	(6.8)	53	(5.5)	72	(5.8)
サプリメントの利用法	16	(5.7)	53	(5.5)	69	(5.6)
その他	32	(11.4)	63	(6.5)	* 95	(7.6)

表8 乳幼児対象の事業内で母親の食生活支援の有無

p&lt;0.05

	母親の食生活の実態調査					
	あり		なし		合計	
	回答数	(%)	回答数	(%)	回答数	(%)
はい	192	(69.1)	379	(39.6)	571	(46.3)
いいえ	86	(30.9)	577	(60.4)	663	(53.7)
合計	278	(100.0)	956	(100.0)	1234	(100.0)

表9 乳幼児対象の事業内で母親の食生活支援実施についての考え

p&lt;0.05

	母親の食生活の実態調査					
	あり		なし		合計	
	回答数	(%)	回答数	(%)	回答数	(%)
行うべき	270	(96.4)	852	(89.5)	1122	(91.1)
母親は該当外	0	(0.0)	1	(0.1)	1	(0.1)
どちらともいえない	10	(3.6)	99	(10.4)	109	(8.8)
合計	280	(100.0)	952	(100.0)	1232	(100.0)

表10 乳幼児の母親の食生活支援を含めた事業の有無

p&lt;0.05

	母親の食生活の実態調査					
	あり		なし		合計	
	回答数	(%)	回答数	(%)	回答数	(%)
実施している	126	(48.5)	158	(17.7)	284	(24.6)
実施していない	112	(43.1)	677	(75.7)	789	(68.4)
今後実施予定	22	(8.5)	59	(6.6)	81	(7.0)
合計	260	(100.0)	894	(100.0)	1154	(100.0)

表11 乳幼児に対する食生活支援の評価

p&lt;0.05

	母親の食生活の実態調査					
	あり		なし		合計	
	回答数	(%)	回答数	(%)	回答数	(%)
十分である	28	(10.1)	70	(7.4)	98	(8.0)
不十分であるが、ある程度の成果はあげている	179	(64.9)	538	(56.6)	717	(58.5)
不十分な状態である	35	(12.7)	166	(17.5)	201	(16.4)
なんともない	34	(12.3)	176	(18.5)	210	(17.1)
合計	276	(100.0)	950	(100.0)	1226	(100.0)

表12 乳幼児の母親に対する食生活支援の評価

p<0.05

	母親の食生活の実態調査				合計	
	あり		なし			
	回答数	(%)	回答数	(%)	回答数	(%)
十分である	6	(2.2)	9	(0.9)	15	(1.2)
不十分であるが、ある程度の成果はあげている	86	(30.9)	134	(14.1)	220	(17.9)
不十分な状態である	147	(52.9)	632	(66.4)	779	(63.3)
なんともいえない	39	(14.0)	177	(18.6)	216	(17.6)
合計	278	(100.0)	952	(100.0)	1230	(100.0)

表13 乳幼児の母子の食生活支援を進める上で強化すべき点

	母親の食生活の実態調査				合計	
	あり		なし			
	回答数	(%)	回答数	(%)	回答数	(%)
地域密着型の身近な相談機関としての役割	182	(65.2)	700	(74.1)	882	(72.1)
地域の指導的機関としての役割	35	(12.5)	90	(9.5)	125	(10.2)
地域子育て支援センターなど各種相談機関のコーディネート役	32	(11.5)	68	(7.2)	100	(8.2)
食生活上の問題を有する家庭への支援	17	(6.1)	52	(5.5)	69	(5.6)
その他	6	(2.2)	12	(1.3)	18	(1.5)
無回答	7	(2.5)	23	(2.4)	30	(2.5)
合計	279	(100.0)	945	(100.0)	1224	(100.0)

## 乳幼児の母親の食生活の支援状況に関する調査

平成21年度日本子ども家庭総合研究所チーム研究「母子の食生活の支援に関する研究」（主任研究者 堤ちはる）においては、栄養・食生活指導、食育に関して、子どもの健全な発育・発達及び母子の健康の維持・増進を目的に研究を進めております。その一環として、この度、乳幼児をもつ母親の食生活の支援状況に関する調査を行うことになりました。

この調査は、日頃、母子の食生活の支援に関わっておられる方のご意見を広くお聞きするためのものです。ご多用の中、大変恐縮でございますが、調査へのご協力をお願い致します。

データは統計的に処理し、貴自治体ならびに回答者のプライバシーに関してご迷惑はおかけいたしません。また、データは目的以外には使用しないことをお約束致します。なお、アンケートのご記入・ご提出をもって、本調査への同意が得られたものと判断させていただきます。

・ご多用のところ恐縮ですが、記入済の調査票は平成21年12月25日（金）までに同封の封筒にてご返送いただきますようお願い申し上げます。

・本調査に関するお問い合わせ、ご質問は下記までお願い致します。

日本子ども家庭総合研究所 母子保健研究部栄養担当部長 堤ちはる

電話：03-3473-8344 Fax：03-3473-8408

E-mail：[tsutsumi@aiku.or.jp](mailto:tsutsumi@aiku.or.jp) 〒106-8580 東京都港区南麻布5-6-8

日本歯科大学生命歯学部 共同利用研究センター 三橋扶佐子（分担研究者）

電話：03-3261-8943

### A. 回答者ご自身と施設について

- 1) 母子保健主管課での勤務年数：( )年
- 2) 資格等：1. 医師            2. 保健師            3. 助産師            4. 看護師  
                  5. 管理栄養士    6. 栄養士            7. 事務職            8. その他( )
- 3) 所在地( )都・道・府・県( )市・区・町・村
- 4) 母子保健主管課への管理栄養士、栄養士配置の有無（該当するもの全て○、21年12月1日現在）  
A. 管理栄養士：1. 常勤            2. 非常勤            3. 配置なし  
B. 栄養士       ：1. 常勤            2. 非常勤            3. 配置なし

### B. 乳幼児の母親への食生活の現状について

- 5) 乳幼児の母親の食生活について、自治体として支援する必要性を感じますか。  
1. とても感じる    2. やや感じる    3. あまり感じない    4. 感じない
- 6) 乳幼児の母親の食生活の実態を調べたことがありますか。  
1. ある→それは具体的にどのようなことですか。  
( )  
2. ない
- 7) 6)で(1. ある)と回答した方は、その結果を事業に反映させていますか。  
1. はい→具体的にどのように反映させていますか。  
( )  
2. いいえ



裏面に続きます

8) 乳幼児の母親の食生活の問題点は何であると思いますか（該当するもの全てに○）。

- |                 |                           |
|-----------------|---------------------------|
| 1. 料理ができない      | 2. 外食、コンビニの利用が多い          |
| 3. 栄養バランスがとれない  | 4. 子どもの世話で自分の食事をおろそかにしている |
| 5. 食事のリズムが乱れている | 6. 1日3食とっていない             |
| 7. 食事を菓子ですませる   | 8. 野菜の摂取量が少ない             |
| 9. 食事に関心がない     | 10. テレビ等からの情報に左右されやすい     |
| 11. その他（        | ）                         |

9) 乳幼児の母親が知りたいのはどのようなことだと思いますか（該当するもの全てに○）。

- |                       |               |
|-----------------------|---------------|
| 1. 献立のたて方（メニューを考えること） | 2. 手早くできる料理   |
| 3. 子どもの喜ぶ料理           | 4. 家族の健康に良い料理 |
| 5. 食事の栄養バランス          | 6. サプリメントの利用法 |
| 7. 食物アレルギーの知識         | 8. 食事のマナー     |
| 9. 生活習慣病と食事の関係        | 10. 食品添加物の知識  |
| 11. その他（              | ）             |

### C. 乳幼児の母親への食生活の支援状況について

10) 乳幼児に対する一般的な事業の中で、乳幼児の母親自身の食生活の支援を実施していますか。

1. はい      2. いいえ

11) 乳幼児に対する一般的な事業の中で、母親の食生活を支援することに対して、どのようにお考えですか。  
一番近いものを一つ選んでください。

1. 子どもの食生活に影響するから、行うべきである  
2. 子どもに対する事業枠であるから、母親自身の食生活は該当外である  
3. どちらともいえない

12) 以上のような母親の食生活の支援を含めて実施している自治体は、その内容について簡単にご記入下さい。

.....  
.....  
.....  
.....

13) 乳幼児の母親の食生活の支援を含めた事業を実施していますか。

1. はい      2. いいえ      3. 今後、実施予定



（1. はい）とお答えいただいた自治体は、リーフレットや事業報告、アンケートの白紙のサンプルを返信にご同封いただきたく存じます。

