

## 市区町村保健センターにおける母親の栄養・食生活の具体的支援方策に関する研究

母子保健研究部 堤ちはる・安藤朗子

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

市区町村保健センターによる乳幼児の母親の食生活支援状況を把握し、より効果的な食生活支援のあり方について提言を行うことを目的に、全国1795か所の自治体に調査を行った。調査票は1267自治体から回収された（回収率：70.6%）。母親の食生活の実態調査を行っていたのは281自治体（実施率：22.2%）で、回収時に食関連資料が添付されたのは224自治体（送付率：17.7%）、今後の支援等の自由記述があったのは1000自治体（記載率：78.9%）であり、それらを分析した。主な結果は以下のとおりである。①「幼児、食育、料理等（離乳食を除く）各種教室、講座」、「離乳食教室」等で乳幼児の母親の食生活の実態把握は行われ、その内容をその場での指導や支援に活かしていた。②乳幼児の母親の食生活支援内容で多いのは、「食事の栄養バランス（食事バランスガイドを含む）」、「親の食生活から整えることの重要性」、「朝食の意義、内容」、「調理実習、料理レシピ紹介」、「適切な生活リズム」であった。③調査票回収時に添付された資料内容で多いのは、「栄養バランス、食事内容」、「和食、伝統料理、魚料理」、「朝食、1日3食」、「調理実習、試食」、「食事のマナー、挨拶、家族で食事」、「生活リズム、生活習慣」であった。④乳幼児の母親の食生活支援の主な問題点は、母親の食への無関心、母親間の食の知識や料理技術の差の拡大、栄養士不足等で支援増加の困難さ、栄養士や保健師の知識、技術不足等であった。⑤乳幼児の母親の食生活支援の今後の方針、意見は、「既存事業の工夫」、「料理教室等で食への関心を高める」、「他の機関、施設、家庭との連携」、「実態把握」、「ライフステージを通じての支援」、「母親同士の仲間作り」に分類された。

母親の食への無関心、知識・技術の差の拡大、栄養士の人手不足等の中で、母親の食生活全体の底上げを図るには、食生活のハイリスク者を抽出し、アセスメントを行って支援することが効果的であると考えられる。そのハイリスク者の抽出に役立つ6項目から成る「食生活スクリーニングシート」の試案を作成した。

食習慣は長年の食生活の積み重ねで形成される。そこで、行政栄養士との関わりが薄くなる3歳児健診以降の母親の栄養・食生活の支援では、幼稚園や保育所との連携を図り、必要な情報や教育法を伝えるシステムを構築する必要がある。特に、行政栄養士には、幼児や保護者に対して支援が行える保育士や幼稚園教諭を育成することが求められていると考える。

キーワード：栄養・食生活支援、母親、乳幼児、実態調査、食生活のハイリスク者

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

Ciharu TSUTSUMI, Akiko ANDO, Akira TAKANO, Fusako MITSUHASHI

**Abstract :** We surveyed the situation regarding the support for infant mothers' eating habits provided by municipal health centers in 1795 municipalities nationwide in order to grasp current conditions and propose a more effective support method. Among 1267 municipalities which responded to the survey (70%), 281 have conducted surveys on mothers' dietary habits (22.2%), 224 submitted attached documents related to food (17.7%) and 1000 contributed their opinion about the future support structure (78.9%).

The main results are as follows: ①The survey was conducted in various classes or lectures, for instance infant classes; nutritional education classes; and non-baby food/ baby food cooking classes. The results can be used to provide advice and support at these same places. ②The main support contents are: providing information such as nutrient balance (including using the "Balance Guide"); the importance of parents' proper eating habits; the role of breakfast and its ideal menu; appropriate life rhythm; and offering cooking lessons and recipes. ③The attached documents mainly concern nutrient balance and proper diet menu; recipes for Japanese food, traditional food and fish; breakfast and three meals a day; cooking lessons and tasting; table manners, greetings, and dining together with family members; and life rhythm and life style. ④The main problems we identified in the current support structure are mothers' lack of concern over eating; a growing difference in dietary knowledge and cooking skill among mothers; difficulty in increasing support due to shortage of nutritionists; and nutritionists and public health nurses who lack the necessary knowledge and skills. ⑤Future support policy recommendations are categorized into the following: renovation and improvement of existing programs; raising interest among mothers in diet through cooking classes for instance; increasing cooperation between various organizations and institutes and an individual household; correctly grasping the current situation regarding mothers' eating habits; providing adequate support throughout life stages; and setting up mothers' communities.

In order to raise the level of all mothers' eating habits given the above-mentioned problems, it is effective to pick out and assess people with high-risk eating habits and provide them with the necessary support. Therefore we made a draft of a "eating habits screening form" consisting of six items to help to pinpoint people considered to be in a high-risk category. As it takes a long time to establish an eating habit, it is necessary to establish a system in which municipal health centers cooperate with kindergartens and nursery schools, and distribute necessary information and education to the mothers even after the three year child health checkup when the contact between mothers and public health nutritionists gradually fades. In particular, it is demanded that public health nutritionists train kindergarten and nursery teachers to provide adequate support to infants and their mothers.

**Keywords :** Nutritional / dietary support, Mothers, Infants, Survey, People with High-risk eating habits

## I. 研究目的

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ばかりか、心身が発育・発達し、食習慣や食嗜好の基礎形成期にある子どもの手本ともなる。また、近年、メタボリック症候群等の生活習慣病が増加傾向にあるが、その初期には自覚症状が現れにくいものが多く、予防には乳幼児を養育するような若い時期からの生活習慣が重要である。そこで、乳幼児の母親においては、適正な食生活が円滑に営まれることが望まれる。しかし、著者らの先行研究<sup>1)</sup>では、乳幼児の母親からは、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いた。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>2)</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支援を必要としていることも明らかにされている<sup>1)</sup>。

このような状況にある乳幼児の母親を支援する体制についてみると、市区町村保健センター等において妊婦には母親（両親）学級等で行われているものの、出産後は、乳幼児健診、離乳食教室等を中心に、乳幼児の食生活を対象とするものになり、母親自身の食生活に対する支援は、あまり知られていない。

そこで、昨年度のチーム研究<sup>3)</sup>では、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・食生活支援の状況を把握するために、行政栄養士等にアンケート調査を行い、食生活の実態調査の実施状況、母親の食生活の問題点、母子の食生活支援を進める上での自治体の役割等を明らかにした。

本年度は、昨年度の研究成果を踏まえて、同じ調査票の自由記述部分等や、調査票回収時に添付された食生活関連事業の資料を分析し、母親の食生活支援の具体的内容、及び実施上の問題点と課題等を把握し、そこからより効果的な食生活支援のあり方について提言を行うことを目的に研究を実施した。

## II. 研究方法

### 1. 調査方法および内容

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）に対して郵送法によりアンケート調査を実施した<sup>3)</sup>。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等である。調査時期は、平成 21 年 12 月

～22 年 1 月である。

回収された調査票の中で、乳幼児の母親の食生活の実態調査と食生活の支援内容等についての具体的記述、「乳幼児の母親への食生活支援を進めるためにどのようにしたらよいと思うか」についての自由記述内容、及び調査票回収時に添付された食生活関連事業の資料を分析した。

### 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

回収状況等の基本データを表 1 に示す。依頼した全国 1795 か所の市区町村保健センター等から、1267 件の回答票が回収された。それらは全て有効回答票であった（回収率：70.6%）<sup>3)</sup>。この 1267 件の中で、母親の食生活の実態調査を行っていた自治体は 281 件であった（実施率：22.2%）<sup>3)</sup>。

また、調査票回収時に、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る自治体には、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同封してもらうように依頼したところ、224 か所の自治体から食関連事業の資料が送付された（送付率：17.7%）。

さらに、回収された調査票の中で、「乳幼児の母親への食生活支援を進めるためにどのようにしたらよいと思うか」の自由記述欄に記載があったのは 1000 件であった（記載率：78.9%）。

### 2. 母親の食生活の実態把握の機会

乳幼児の母親の食生活の実態調査を行っていた 281 自治体の実態把握の機会を、具体的な記述内容から整理して表 2 に示す。実態調査を行っていた自治体全てが「乳幼児健診」を母親の実態把握の機会としていた。「幼児、食育、料理等（離乳食を除く）各種教室、講座」196 件（69.8%）、「離乳食教室」147 件（52.3%）も多かった。ここで、離乳食教室を各種教室から除いて集計したのは、これまでの行政栄養士や乳幼児の母親へのインタビュー等から、「幼児、食育、料理等（離乳食を除く）各種教室、講座」は、一般に食に関心が高い層の参加が多いが、「離乳食教室」は、親の食への関心の有無に関わらず、親のニーズが高く、また参加率も高いことが明らかにされているためである。

妊婦に対しては「母子健康手帳交付時、母親（両親）

学級、妊婦健診」の時期に121件（43.1%）が実態を把握していた。これら以外に、「栄養、食事、育児、健康等各種相談」109件（38.8%）、「幼稚園、保育所、小・中・高等学校からの情報」37件（13.2%）、「成人の健診」15件（5.3%）の機会を捉えて実態把握を行っていた。

### 3. 母親の食生活の実態把握内容

乳幼児の母親の食生活の実態調査を行っていた281自治体の実態把握内容を、具体的な記述から整理して表3に示す。最も多かったのは「食事内容、摂取量、摂取頻度、栄養バランス」240件（85.4%）であった。それ以外には、多い順に「朝食の摂取状況」96件（34.2%）、「生活リズム」57件（20.3%）、「家庭での食育」25件（8.9%）、「孤食や個食状況」21件（7.5%）、「食事作りに対する気持ち」8件（2.8%）について把握していた。

### 4. 母親の食生活の実態の反映先

乳幼児の母親の食生活の実態調査を行っていた281自治体の実態の反映先を、具体的な記述内容から整理して表4に示す。最も多いのが「幼児、食育、料理等（離乳食を除く）各種教室、講座」198件（70.5%）であり、次いで「離乳食教室」143件（50.9%）であった。「乳幼児健診」は全ての自治体で実態把握の機会としていたが（表2）、反映先としては69件（24.6%）とあまり多くはなかった。これら以外には「食育推進事業」40件（14.2%）、「広報誌、パンフレット、リーフレット、展示物」27件（9.6%）、「個別指導、相談」23件（8.2%）を反映先としていた。

### 5. 母親の食生活支援内容

乳幼児の母親の食生活の実態調査を行っていた281自治体の食生活支援内容を、具体的な記述から整理して表5に示す。最も多く取り上げられていたのは「食事の栄養バランス（食事バランスガイドを含む）」231件（82.2%）で、次いで「親の食生活から整えることの重要性」136件（48.4%）と「朝食の意義、内容」122件（43.4%）であった。それ以外には、「調理実習、料理レシピ紹介」72件（25.6%）、「適切な生活リズム」57件（20.3%）、「大人の食事の離乳食への取り分け」56件（19.9%）、「間食（おやつ）、甘味飲料の摂り方」39件（13.9%）、「妊婦、授乳婦の食事指導」37件（13.2%）、「生活習慣病」23件（8.2%）、「カルシウム摂取、骨粗鬆症予防」18件（6.4%）を取り上げていた。

### 6. 添付資料にみる母親の食生活支援の具体的内容

224自治体から調査票回収時に添付された食関連事業の資料にみる乳幼児の母親の食生活支援の具体的内容を表6に示す。母親の食生活支援の機会は取り扱う内容により大きく5つに分類された。その分類、及び添付資料件数と全体に占める割合を以下に示す。

#### ①妊婦の食対象の事業

母親（両親）学級等、35件（15.6%）

#### ②乳幼児の食対象の事業

乳幼児健診、離乳食講座等、78件（34.8%）

#### ③乳幼児の親の食に特化した事業

ママの健康支援教室、母親料理教室等、31件（13.8%）

#### ④幼児と親対象の食育事業

親子の食育教室、子育て食育セミナー等、53件（23.7%）

#### ⑤その他一般の食関連事業

生活習慣病予防教室、おふくろ・郷土食料理講座等、67件（29.9%）

また、具体的な内容は、「栄養バランス、食事内容」、「和食、伝統料理、魚料理」、「調理実習、試食」、「カルシウム、骨密度、鉄」、「生活習慣病、体重管理、メタボリック症候群」、「生活リズム、生活習慣」、「間食、甘味飲料、嗜好品」、「朝食、1日3食」、「食事のマナー、挨拶、家族で食事」、「運動との組み合わせ」の10種類に分類された。

①～⑤全ての事業の中で占める割合が最も高く53.7～71.4%取り上げられていたのは、主食・主菜・副菜、好き嫌い、野菜・きのこ・海藻等摂取奨励、食事バランスガイド利用法等の「栄養バランス、食事内容」についてであった。次いで各事業に占める割合が高かったのは、ご飯中心の和食奨励、伝統・郷土料理や魚料理紹介等の「和食、伝統料理、魚料理」で、③乳幼児の親の食に特化した事業や④幼児と親対象の食育事業ではそれぞれ45.2%、45.3%、⑤その他一般の食関連事業では59.7%が取り上げていた。「調理実習、試食」は、②乳幼児の食対象の事業では5.1%と低かったものの、他の事業では19.4%～34.0%が行っていた。日常不足しがちなカルシウム、骨粗鬆症との関連、妊娠期に必要な鉄等の「カルシウム、骨密度、鉄」については、①妊婦の食対象の事業で22.9%、③乳幼児の親の食に特化した事業では母乳育児と関連させて16.1%が取り上げていた。「生活習慣病、体重管理、メタボリック症候群」は、①妊婦の食対象の事業で20.0%、⑤その他一般の食関連事業で19.4%取り上げていた。しかし、②乳幼児の食対象の事業や③乳幼児の親の食に特化した事業ではそれぞれ7.7%、9.7%、④幼児と親対象の食育事業では1.9%と取り上げられることが少なかった。起床・就寝時刻、食事時刻、1日のタイムスケジュール等の「生活リズム、生活習慣」は、②乳幼児の食対象の事業で32.1%取り上げられていたが、それ以外の事業では、6.5%～14.3%の扱いに止まっていた。おやつ、ジュース、イオン飲料等の清涼飲料水、喫煙、飲酒等の「間食、甘味飲料、嗜好品」は、⑤その他一般の食関連事業で25.4%扱われていた。①妊婦の食対象の事業、②乳幼児の食対象の事業、④幼児と親対象の食育事業では13.2～17.9%の扱いであった。一方、③乳幼児の親の食に特化した事業では3.2%

と扱いが少なかった。朝食の意義や内容、1日3食摂ることの重要性等の「朝食、1日3食」は、①妊婦の食対象の事業は11.4%、③乳幼児の親の食に特化した事業では16.1%と扱いが少なかったものの、②乳幼児の食対象の事業、④幼児と親対象の食育事業、⑤その他一般の食関連事業では、33.3~37.7%取り上げられていた。食卓でのマナー、食卓の整え方、箸の扱い、孤食・個食をやめて家族団欒の勧め等の「食事のマナー、挨拶、家族で食事」は、④幼児と親対象の食育事業では35.8%と最も多かった。それ以外の事業では、⑤その他一般の食関連事業22.4%、②乳幼児の食対象の事業19.2%、③乳幼児の親の食に特化した事業は9.7%であったが、①妊婦の食対象の事業では、取り上げていなかった。シェイプアップ講座、リフレッシュ体操等の「運動との組み合わせ」は、出産後の体を引き締める目的で、③乳幼児の親の食に特化した事業では6.5%にみられたが、①妊婦の食対象の事業では取り扱いがなく、それ以外の②乳幼児の食対象の事業、④幼児と親対象の食育事業、⑤その他一般の食関連事業でも1.5~6.5%と扱いが少なかった。

それぞれの事業に占める「パンフレット、リーフレット、冊子配布」の割合を表5に示す。配布は多い順に、①妊婦の食対象の事業42.9%、④幼児と親対象の食育事業41.5%、⑤その他一般の食関連事業35.8%、③乳幼児の親の食に特化した事業32.3%、②乳幼児の食対象の事業20.5%であった。

## 7. 母親の食生活支援の問題点

回収された調査票の中で、「乳幼児の母親への食生活支援を進めるためにどのようにしたらよいと思うか」の自由記述欄に記載のあった1000件の内容から、乳幼児の母親の食生活支援の問題点を整理した結果を表7に示す。行政栄養士のあげた問題点は、「母親」158件(15.8%)、「行政」110件(11.0%)、「栄養士」31件(3.1%)の3つに分類された。

「母親」に関する問題点としては、「母親の食への関心、調理能力の二極化」25件(15.8%)、「食についての興味・関心がない」24件(15.2%)、「食生活をおろそかにしている」22件(13.9%)、「本当に支援が必要な親は自ら事業に参加することが少ない」20件(12.7%)と、食に関する知識・技術・興味・関心のある層とない層の二極化を憂えた意見が寄せられた。また、「基本的な食生活や料理の知識、技術が乏しい親が多い」16件(10.1%)、「食生活に限らず生活全体が乱れている」10件(6.3%)、「テレビ、ネットからの情報過多で情報の取捨選択ができない」8件(5.1%)、「子どもの好きなものばかり与える、量、バランスがわからない」8件(5.1%)と、母親の食生活に限らず生活力、応用力の低下を問題視していた。

「行政」に関する問題点としては、「人手、時間、予算が不足し、これ以上支援は増やせない」37件(33.6%)、

「乳幼児の事業枠内では母親の食支援への対応は困難」32件(29.1%)、「母親や家族全体の食事の話では、事業の参加者が少ない」18件(16.4%)、「乳幼児の母親への食生活支援」目的の事業の新設は困難」10件(9.1%)として、既存事業の中で、乳幼児の母親の食生活支援の困難さを訴えていた。それ以外に「行政の指導だけでは支援は広がらない」5件(4.5%)、「生活様式、価値観の多様化で、集団指導には限界を感じる」3件(2.7%)と、これまでの指導方法の見直しの必要性を感じていた。

「栄養士」に関する問題点としては、「支援する栄養士、保健師の知識、技術不足」7件(22.6%)、「栄養士一人で、乳児から高齢者まで担当」6件(19.4%)、「どのように支援してよいかわからない、教えてほしい」5件(16.1%)と、栄養士の関わるライフステージの広さからか、母親の食生活支援に必要とされる知識、技術が十分とは言えない状況にあるとの意見が出された。

## 8. 母親の食生活支援の今後の方針、意見

回収された調査票の中で、「乳幼児の母親への食生活支援を進めるためにどのようにしたらよいと思うか」の自由記述欄に記載のあった1000件の内容から、乳幼児の母親の食生活支援の今後の方針、意見を整理した結果を表8に示す。行政栄養士の考える今後の方針、意見は、「既存事業の工夫」540件(54.0%)、「料理教室等で食への関心を高める」383件(38.3%)、「他の機関、施設、家庭との連携」311件(31.1%)、「実態把握」180件(18.0%)、「ライフステージを通じての支援」145件(14.5%)、「母親同士の仲間作り」86件(8.6%)の6つに分類された。

「既存事業の工夫」では、「乳幼児の既存事業に母親、家族の食支援や食育も取り入れる」287件(53.1%)、「既存事業を具体的にすぐ実践できる内容にする」77件(14.3%)、「親の食生活が子どもへ大きく影響することを理解してもらう」38件(7.0%)、「情報過多の中で、情報の取捨選択ができるように支援」13件(2.4%)と、既存事業内容を工夫して充実させる意見が出された。また、「栄養士が地域に出向いて支援し、身近な相談相手と知らせる」32件(5.9%)、「休日、夜間の企画やCATV等の活用、待ち時間の活用」21件(3.9%)と、母親が訪問してくるのを待つのではなく、栄養士が出向き、支援される母親のニーズに合わせたサービスを提供しようという姿勢も見られた。

「料理教室等で食への関心を高める」では、「親子料理教室等で母親自身の食生活に関心を向ける企画で食育推進」130件(33.9%)、「簡単、楽しい料理教室開催、初心者や料理の苦手な人に配慮」102件(26.6%)と食への関心が薄い人、初心者、料理に苦手意識をもつ人が気軽に参加しやすいような、簡単で楽しい料理教室を提案する意見が多かった。また、「各事業に参加しない人への働きかけ(孤立防止)の工夫」98件(25.6%)と無関

心であったり、あるいは参加したくてもできない事情を抱えている人（10歳代の若い母親、シングルマザー等）への孤立防止の配慮を求める意見も出された。

「他の機関、施設、家庭との連携」では、「関連施設、機関、地域と家庭の全てで情報共有、連携し支援」228件（73.3%）が多かった。それ以外には「ボランティア団体（栄養改善協議会等）と連携」41件（13.2%）、「自治体の各専門職、他課との情報交換の場を設定し連携」33件（10.6%）と具体的な連携先を示す意見が見られた。また、「乳幼児の親の支援を特定健診、保健指導内容やフォローにつなげる」5件（1.6%）と、母親のライフステージを通じた支援を他課と共同して行う必要性が示された。

「実態把握」では、本調査で乳幼児の母親の実態調査を行っている自治体は281か所（22.2%）<sup>3)</sup>と高くないことを受けて、「まずは実態把握の情報収集（アンケート、食事調査等）から始める」104件（57.8%）が多かった。また、「母親のニーズ、レベルにあった事業を企画」54件（30.0%）、「事業後の追跡調査で効果を判定し、次に活かす」11件（6.1%）と、事業に際しては、母親のニーズ、レベル把握と事業後の実態把握による効果判定が必要であるとの意見が出された。なお、「実態把握用の調査票の例、自治体のモデルケースがほしい」11件（6.1%）という受け身的な意見も見られた。

「ライフステージを通じての支援」では、「小・中・高校から調理などを通じて食の知識、関心を高める」73件（50.3%）と成人に達する前から家庭科等の学校教育を通じて生活力を身につける必要性が出された。また、「母子健康手帳交付時以降、健診時も利用し、継続的に支援」30件（20.7%）と妊娠初期からの支援の重要性や、「母親になる前の成人女性を対象に食生活・栄養を指導」27件（18.6%）、「結婚前の男性や父親にも育児、食生活を学ぶ機会を提供」15件（10.3%）と妊娠前の女性や男性への教育の機会の提供が必要としていた。

「母親同士の仲間作り」では、「子ども広場等で情報提供し、主体的に参加できる料理教室等を企画」42件（48.8%）と、参加者の主体性を重視する企画の必要性を示していた。それ以外には「同年齢の子の親の出会いと語りの場を提供する事業を展開」36件（41.9%）と親子の孤立を防ぎ、仲間作りを推進する必要性も出された。

#### IV. 考察

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。なぜならば、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等の生活習慣病発症と関連があること<sup>4)~8)</sup>、さらに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である。しかし、

乳幼児は自分で調理したり、食卓を整えたりすることはできず、養育者の助けを借りて、食生活を営んでいるために、身近にいる養育者の食生活は重要であり、その営みはそのまま乳幼児の食生活の手本ともなる。このために養育者には、適切な食生活を送ることが求められる。また、養育者自身の将来の生活習慣病発症予防の観点からも、バランスの良い食生活を送ることが重要である。

乳幼児の養育者には父親、母親、祖父母等がいるが、その中でも、母親は食生活に関与する割合が一般に高いので、本研究では母親の食生活支援に焦点をあてて調査した。しかし、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、指導が求められており、今回得られた結果、及び考察は広く乳幼児を養育する人にも通じるものである。

##### 1. 乳幼児健診の活用

乳幼児の母親の実態把握の機会と実態の反映先を比較すると、「幼児、食育、料理等（離乳食を除く）各種教室、講座」はそれぞれ69.8%、70.5%であり、「離乳食教室」でも、それぞれ52.3%、50.9%と割合が近似していた。これは、「幼児、食育、料理等（離乳食を除く）各種教室、講座」や「離乳食教室」では、そこで把握した母親の実態を踏まえて、同じ時間内、あるいは次回以降の教室、講座等の中で指導や支援をしているためである。

一方、281自治体の全てで、実態把握の機会と捉えていた「乳幼児健診」は、実態の反映先としては24.6%であった。この理由として「乳幼児健診」では、母親の問題点等に気づくことが多くても、限られた時間内に業務が一定の流れの中で行われているために、個々に応じた問題点等を乳幼児健診中に反映させた支援が困難である状況が推察される。しかし、「幼児、食育、料理等（離乳食を除く）各種教室、講座」等は興味・関心のある人の参加であるのに対し、「乳幼児健診」は食に対する興味の有無に関わらず受診率が非常に高い。そこで、この「乳幼児健診」の機会を活用する方策を考えることが、母親の食生活全体の底上げには有効であると考えられる。

##### 2. 食生活のハイリスク者の把握について

乳幼児健診等を利用して、限られた時間、人手、費用の中で母親の食生活全体の底上げを図るには、食生活の問題の有無にかかわらず広く支援するのではなく、食生活のハイリスク者を抽出し、その人に対して集中的に支援することが望ましいと考える。そこで、乳幼児健診時に利用する「食生活スクリーニングシート」の試案を作成した（参考資料）。

このシートは誰でも簡便に実施でき、かつ回答者も短時間に回答可能な6項目から構成されたものである。項目の内、1. 食欲がない、2. やる気がおこらない、5. いくら眠っても眠り足りない、の3つは、うつ状態の可能性を調べるものである。3. 食事の時間はある程度決

まっている、4. 自分の食事に気を使っている、については生活リズムが確立されているか、食事や健康に関心があるか、について調べるものである。6. 困ったときに身近に相談相手がいない、は母子が孤立していないか確認するものである。

うつ状態の可能性があり、生活リズムが確立していない、食事や健康に無関心である、相談相手がなくて孤立している状況であれば、その人は食生活のハイリスク者である可能性が高いと思われる。そこで、1. 食欲がない、2. やる気がおこらない、5. いくら眠っても眠り足りない、6. 困ったときに身近に相談相手がいない、の項目から一つでも選んだ母親は食生活のハイリスク者として抽出する。その者に対して個別相談等により食生活のアセスメントを実施し、その結果を踏まえて本格的な支援を行うことが効果的な方策であると考えられる。

なお、母親の食生活支援の問題点として、「人手、時間、予算が不足し、これ以上支援は増やせない」、「栄養士一人で、乳児から高齢者まで担当」との意見が出された。これらのことから、新たな事業を起こすのではなく、乳幼児健診の場を活用し、食生活のハイリスク者を抽出することが、現場においても実施可能性の高い支援策になるとと思われる。

### 3. 食に関心の薄い層への働きかけ

母親の食生活支援の問題点として「食についての興味、関心がない、料理しようという意欲がない」、「母親の食への関心、調理能力の二極化」、「基本的な食や料理の知識、技術が乏しい親が多い」があげられていた。このような状況下では、食に関して基礎的な知識、調理の技術があまりない母親に、いかにして食への興味・関心をもたせるかを考えることが必要である。その際、行政栄養士は自分の価値観で「母親はこうあるべき」とゴールを設定するのではなく、最近の食事情を踏まえて母親のニーズを考慮して、興味をもちそうな企画、例えば「クイック料理をおいしく作ろう」、「子どもと手軽に作れるおやつ」、「栄養バランスを考えたキャラクター弁当の作り方」等を考えることが望まれる。このような企画で、まず、食に関心の薄い母親を支援の場に引き出すところから始めることが重要であろう。

なお、先行研究<sup>3)</sup>では、母親は知りたいこととして、「手早くできる料理」、「子どもの喜ぶ料理」を調査対象の約半数が望んでいた。そこで、調理を内容に盛り込むことが、母親のニーズを反映すると考える。調理は、基礎的な知識や技術の乏しい母親に対しては、講話だけでは理解することが難しいことが推察される。近年は、電磁調理器も普及しているので、調理設備のない会議室等でも、簡単な調理をして見せることは可能である。そこで、「調理はできない」と最初からあきらめるのではなく、教育効果の高い調理実習や調理場面の見学を母親の食支援の場に積極的に取り入れることが望まれる。

### 4. パンフレット、冊子等配布物への配慮について

乳幼児の母親の食生活支援の際に、各自治体で作成あるいは購入したパンフレット、リーフレット、冊子の配布が、妊婦対象の事業からその他一般の食関連事業まで20~40%程度見られた。先行研究<sup>9)</sup>では、子どもの食について利用したいサービスとして「パンフレット等の資料提供」を望んでいる幼児の母親は約2割と少なかったことから、パンフレット、リーフレット、冊子等配布物の有効活用が望まれる。

パンフレットやリーフレットは、その内容について十分な説明を受けたかどうかにより、内容の理解度やその後の活用度が異なることから、配布時には丁寧な解説を加えること必要である。また、配布物には、食事内容や一日のタイムスケジュールを記入する欄を設けるなど、参加者の主体的な取り組みを促すための工夫をすることも、教育効果を高めるために大切である。さらに、配布物には、レシピ集や料理の調味割合など、事業参加後にも日常の食生活で利用できるような内容、大きさ、読みやすさ等、実際の活用場面を想定した配慮も求められよう。

### 5. 望まれる具体的な支援策の提示

「乳幼児の母親への食生活支援を進めるためにどのようにしたらよいと思うか」の自由記述欄に記述された今後の方針、意見の中で「関連施設、機関、地域と家庭の全てで情報共有、連携し支援」が73.3%、「乳幼児の既存事業に母親、家族の食支援や食育も取り入れる」は53.1%と多く見られた。しかし、関連機関等との“情報共有”、“連携”、“既存事業への取り入れ”といったこれらのキーワードは、非常に抽象的なものであり、具体的な支援として何をするのか明確ではない。今回は調査票の自由記述欄ということで、抽象的な言葉を並べた可能性も否定できないが、具体的な方策のないまま書いたら、それは何ら母親の食生活支援に結びつかないと思われる。

また、「常勤栄養士の確保、増員希望」も意見として出ていたが、“栄養士が不足しているからこの事業はできない”等、現状のマイナス面を理由にして、業務への積極性が欠けることはないか、今一度振り返ってみる必要がある。

行政栄養士に望まれる姿としては、具体的な目標を掲げ、その実現に向けて、いつ、どこで、誰を、どのように、誰と支援していくのか等、現状の中で実施可能性のある支援策を考え、日常の業務の改善や工夫を日々積み重ねていくことではないかと考える。また、近年、育児不安を抱える母親も多いことから、行政栄養士には、乳幼児と母親の食を営む力を育成するだけでなく、家族で食卓を囲む、一緒に調理する等、食生活を通じた親子関係への支援も必要とされよう。

## 6. 保育所、幼稚園における食育支援システムの構築

食事の栄養バランスや生活リズム、食事のマナー等は、日々繰り返され続けることで、定着し、それが健康な心身を作っていく。しかし、市区町村保健センター等の母子保健関連事業における母親に対する栄養・食生活支援の機会は、「幼児と親の食育事業」や「その他一般の食育事業」が開催されているとはいえ、3歳児健診終了以降大変少なく、行政栄養士が母親に直接指導・支援する機会は個別相談を除いて、ほとんど無い。

一方、3歳以降は保育所、幼稚園に通う子どもが増加する。いつも顔を合わせている保育士や幼稚園教諭は、日常の保育や、継続性のある食生活・栄養の指導や教育の機会をもつことができる。また、母親も年に数回程度、講話等で顔を合わせる行政栄養士に比べ、信頼関係の構築されている保育士や幼稚園教諭からの指導や教育は受け入れやすく、また、彼らから発信される情報も浸透しやすいと思われる。

近年は家庭において、食事の栄養バランス以外にも、お膳立て（食器の並べ方）、箸の持ち方・使い方など食事マナーの教育が十分に行われていない状況がある<sup>2) 10)</sup>。そのため、母親全体の底上げを目的とした食育を行うのであれば、保育士や幼稚園教諭が担当するのが効果的であると推察される。そこで、今後の乳幼児の母親の食生活・栄養の支援では、市区町村保健センター等で行っている3歳児健診以前の食生活支援を継続させるためにも、保育所や幼稚園との連携を図り、必要な情報や教育法を伝えるシステムを構築する必要がある。さらに、行政栄養士には、乳幼児や母親に対して食生活支援が行える保育士や幼稚園教諭の育成が求められていると考える。

## V. 結論

乳幼児の母親の食生活は家族の健康状態に影響するばかりでなく、その営みはそのまま乳幼児の手本となる。また、母親自身の将来の生活習慣病発症予防の観点からも、適切な食生活を送ることが求められ、そのためには、食生活支援が必要とされることも多い。そこで、本研究は市区町村保健センターによる食生活支援の具体的内容、及び実施上の問題点と課題等を把握し、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. 「幼児、食育、料理等（離乳食を除く）各種教室、講座」、「離乳食教室」等で乳幼児の母親の食生活の実態把握は行われ、その内容をその場での指導や支援に活かしていた。
2. 乳幼児の母親の食生活支援内容で多かったのは、「食事の栄養バランス（食事バランスガイドを含む）」、「親の食生活から整えることの重要性」、「朝

食の意義、内容」、「調理実習、料理レシピ紹介」、「適切な生活リズム」であった。

3. 調査票回収時に添付された資料の具体的内容で多かったのは、「栄養バランス、食事内容」、「和食、伝統料理、魚料理」、「朝食、1日3食」、「調理実習、試食」、「食事のマナー、挨拶、家族で食事」、「生活リズム、生活習慣」であった。
4. 乳幼児の母親の食生活支援の主な問題点は、母親の食への無関心、母親間の食の知識や料理技術の差の拡大、栄養士不足等で支援増加の困難さ、栄養士や保健師の知識、技術不足などであった。
5. 乳幼児の母親の食生活支援の今後の方針、意見は、「既存事業の工夫」、「料理教室等で食への関心を高める」、「他の機関、施設、家庭との連携」、「実態把握」、「ライフステージを通じての支援」、「母親同士の仲間作り」に分類された。

母親の食への無関心、知識・技術の差の拡大、栄養士の人手不足等の中で、母親の食生活全体の底上げを図るには、食生活のハイリスク者を抽出し、アセスメントを行って支援することが効果的であると考える。そのハイリスク者の抽出に役立つ6項目から成る「食生活スクリーニングシート」の試案を作成した。

食習慣は長年の食生活の積み重ねで形成される。そこで、行政栄養士との関わりが薄くなる3歳児健診以降の母親の栄養・食生活の支援では、保育所や幼稚園との連携を図り、必要な情報や教育法を伝えるシステムを構築する必要がある。特に、行政栄養士には、幼児や保護者に対して支援が行える保育士や幼稚園教諭を育成すること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) 堤ちはる、高野陽、三橋扶佐子：妊産婦の食生活支援に関する研究（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。
- 2) 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。
- 3) 堤ちはる、高野陽、三橋扶佐子：母子の食生活支援に関する研究（Ⅰ）－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－、日本子ども家庭総合研究所紀要、平成21（2009）年度、第46集、99-110、平成21年3月。

- 4) Waterland R. A., Garza C. : Potential mechanisms of metabolic imprinting that lead to chronic disease. *Am. J. Clin. Nutr.* 69, 179-197, 1999.
- 5) Martorell R., Stein A. D., Schroeder D. G. : Early nutrition and later adiposity. *J. Nutr.* 131, 874S-880S, 2001.
- 6) Must A., Strauss R. S. : Risks and consequences of childhood and adolescent obesity. *Int. J. Obes. Relat. Metab. Disord.* 23(Supple2), S2-11, 1999.
- 7) 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.
- 8) 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.
- 9) 堤ちはる、三橋扶佐子、太田百合子、成田雅美、安藤朗子、梶忍、吉池信男、白田久美子：幼児と保護者の食生活・栄養に関する調査研究（1）、幼稚園・保育所の幼児と保護者の食生活に関する実態調査、平成22年度子ども未来財団「児童関連サービス調査研究等事業」「幼児期の食の指針策定のための枠組みに関する調査研究」、9-38、2011.
- 10) 三橋扶佐子、堤ちはる：幼児と保護者の食生活・栄養に関する調査研究（2）、幼児の食生活の実態とニーズに関する保護者へのグループインタビュー調査、平成22年度子ども未来財団「児童関連サービス調査研究等事業」「幼児期の食の指針策定のための枠組みに関する調査研究」、39-49、2011.



表1 回収状況等の基本データ

	件数	%	
調査依頼自治体	1795	—	
回収された回答票	1267	70.6	
母親の実態調査を実施している自治体	281	22.2	*
食関連事業の添付資料が送られてきた自治体	224	17.7	*
調査票に自由記述のあった自治体	1000	78.9	*

\*回収された回答票に対する割合

表2 乳幼児の母親の食生活の実態把握の機会（複数回答） n=281

把握の機会	件数	%
乳幼児健診	281	100.0
幼児、食育、料理等（離乳食を除く）各種教室、講座	196	69.8
離乳食教室	147	52.3
母子健康手帳交付時、母親（両親）学級、妊婦健診	121	43.1
栄養、食事、育児、健康等各種相談	109	38.8
幼稚園、保育所、小・中・高校からの情報	37	13.2
成人の健診	15	5.3

表3 乳幼児の母親の食生活の実態把握内容（複数回答） n=281

実態把握内容	件数	%
食事内容、摂取量、摂取頻度、栄養バランス	240	85.4
朝食の摂取状況、内容	96	34.2
生活リズム	57	20.3
家庭での食育	25	8.9
孤食や個食状況	21	7.5
食事作りに対する気持ち	8	2.8

表4 乳幼児の母親の食生活の実態の反映先（複数回答） n=281

実態の反映先	件数	%
幼児、食育、料理等（離乳食を除く）各種教室、講座	198	70.5
離乳食教室	143	50.9
乳幼児健診	69	24.6
食育推進事業	40	14.2
広報誌、パンフレット、リーフレット、展示物	27	9.6
個別指導、相談	23	8.2

表5 乳幼児の母親の食生活支援内容（複数回答） n=281

内容	件数	%
食事の栄養バランス（食事バランスガイドを含む）	231	82.2
親の食生活から整えることの重要性	136	48.4
朝食の意義、内容	122	43.4
調理実習、料理レシピ紹介	72	25.6
適切な生活リズム	57	20.3
大人の食事の離乳食への取り分け	56	19.9
間食（おやつ）、甘味飲料の摂り方	39	13.9
妊婦、授乳婦の食事指導	37	13.2
生活習慣病予防	23	8.2
カルシウム摂取、骨粗鬆症予防	18	6.4

表6 添付資料にみる乳幼児の母親の食生活支援の具体的内容(複数回答) n=224

支援内容	妊婦の食対象の事業		乳幼児の食対象の事業		乳幼児の親の食に特化した事業		幼児と親対象の食育事業		その他一般の食関連事業	
	n=35(15.6%)		n=78(34.8%)		n=31(13.8%)		n=53(23.7%)		n=67(29.9%)	
	件数	%	件数	%	件数	%	件数	%	件数	%
栄養バランス、食事内容	25	71.4	48	61.5	19	61.3	36	67.9	36	53.7
和食、伝統料理、魚料理	9	25.7	26	33.3	14	45.2	24	45.3	40	59.7
調理実習、試食	8	22.9	4	5.1	9	29.0	18	34.0	13	19.4
カルシウム、骨密度、鉄	8	22.9	4	5.1	5	16.1	0	0.0	5	7.5
生活習慣病、体重管理、メタボリック症候群	7	20.0	6	7.7	3	9.7	1	1.9	13	19.4
生活リズム、生活習慣	5	14.3	25	32.1	2	6.5	7	13.2	8	11.9
間食、甘味飲料、嗜好品	5	14.3	14	17.9	1	3.2	7	13.2	17	25.4
朝食、1日3食	4	11.4	26	33.3	5	16.1	20	37.7	23	34.3
食事のマナー、挨拶、家族で食事	0	0.0	15	19.2	3	9.7	19	35.8	15	22.4
運動と組み合わせ	0	0.0	2	2.6	2	6.5	2	3.8	1	1.5
パンフレット、リーフレット、冊子配布	15	42.9	16	20.5	10	32.3	22	41.5	24	35.8

表7 乳幼児の母親の食生活支援の問題点(複数回答) n=1000

項目	件数	%	問題点	件数	各項目に対する%
母親	158	15.8	母親の食への関心、調理能力の二極化	25	15.8
			食についての興味・関心がない、料理しようという意欲がない	24	15.2
			食生活をおろそかにしている	22	13.9
			本当に支援が必要な親は自ら事業に参加することが少ない	20	12.7
			子どもの食事には気を配るが、自分の食事は気にしない	17	10.8
			基本的な食生活や料理の知識、技術が乏しい親が多い	16	10.1
			食生活に限らず生活習慣全体が乱れている	10	6.3
			テレビ、ネット等から情報過多で情報の取捨選択ができない	8	5.1
			子どもの好きなものばかり与える、量、バランスがわからない	8	5.1
			女性はやせていることが美しいという価値観をもつ	4	2.5
			食への偏ったこだわりが強く、支援を受け入れない	4	2.5
行政	110	11.0	人手、時間、予算が不足し、これ以上支援は増やせない	37	33.6
			乳幼児の事業枠内では母親の食支援への対応は困難	32	29.1
			母親や家族全体の食事の話では、事業の参加者が少ない	18	16.4
			「乳幼児の母親への食生活支援」目的の事業の新設は困難	10	9.1
			行政の指導だけでは支援は広がらない	5	4.5
			生活様式、価値観の多様化で、集団指導には限界を感じる	3	2.7
			託児付きが理想だが、費用、人材の点で困難	3	2.7
			食育推進員、食生活改善推進員の高齢化	1	0.9
			成人向けの教室では、中高年も多く、内容が絞れない	1	0.9
栄養士	31	3.1	支援する栄養士、保健師の知識、技術不足	7	22.6
			栄養士一人で、乳児から高齢者まで担当	6	19.4
			常勤の臨時職員の立場で決定権がない、栄養士未配置	5	16.1
			どのように支援してよいかわからない、教えてほしい	5	16.1
			社会格差が子育て中の母親にも見られ、レベルの設定が困難	5	16.1
			家庭内のことに踏み込めない	1	3.2
			栄養士が妊娠前に働きかける場面が少ない	1	3.2
			講話や試食等では内容が一方通行	1	3.2

表8 乳幼児の母親の食生活支援の今後の方針、意見(複数回答) n=1000

項目	件数	%	今後の方針、意見	件数	各項目に対する%
既存事業の工夫	540	54.0	乳幼児の既存事業に母親、家族の食支援や食育も取り入れる	287	53.1
			既存事業を具体的ですぐに実践できる内容にする	77	14.3
			講座等では託児室、保育室の設置	42	7.8
			親の食生活が子どもへ大きく影響することを理解してもらう	38	7.0
			栄養士が地域に出向いて支援し、身近な相談相手と知らせる	32	5.9
			常勤栄養士の確保、増員希望	30	5.6
			休日、夜間の企画やCATV等の活用、待ち時間の活用	21	3.9
			情報過多の中で、情報の取捨選択ができるよう支援	13	2.4
料理教室等で食への関心を高める	383	38.3	親子料理等で母親自身の食生活に関心を向ける企画で食育推進	130	33.9
			簡単、楽しい料理教室開催、初心者や料理の苦手な人に配慮	102	26.6
			各事業に参加しない人への働きかけ(孤立防止)の工夫	98	25.6
			祖父母、父親等家族への食の働きかけを増やし、関心を高める	37	9.7
			HPやメール、携帯電話などITを活用した情報発信	16	4.2
他の機関、施設、家庭との連携	311	31.1	関連施設、機関、地域と家庭の全てで情報共有、連携し支援	228	73.3
			ボランティア団体(栄養改善協議会等)との連携	41	13.2
			自治体の各専門職、他課との情報交換の場を設定し連携	33	10.6
			乳幼児の親の支援を特定健診、保健指導内容やフォローにつなげる	5	1.6
			研究機関が食環境づくりの手助けをしてほしい	4	1.3
実態把握	180	18.0	まずは実態把握の情報収集(アンケート、食事調査等)から始める	104	57.8
			母親のニーズ、レベルに合った事業を企画	54	30.0
			事業後の追跡調査で効果を判定し、次に活かす	11	6.1
			実態把握用の調査票の例、自治体のモデルケースがほしい	11	6.1
ライフステージを通じての支援	145	14.5	小、中、高校から調理などを通して食の知識、関心を高める	73	50.3
			母子健康手帳交付時以降、健診時等も利用し継続的に支援	30	20.7
			母親になる前の成人女性を対象に食生活・栄養を指導	27	18.6
			結婚前の男性や父親にも育児、食生活を学ぶ機会を提供	15	10.3
母親同士の仲間作り	86	8.6	子ども広場等で情報提供し、主体的に参加できる料理教室等を企画	42	48.8
			同年齢の子の親の出会いと語りの場を提供する事業を展開	36	41.9
			母、祖母らで伝統食の伝承など、世代間の交流を図る	8	9.3



## 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 〒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。

