

妊婦栄養の調査から見えてきた日本の現況

メタデータ	言語: jpn 出版者: 日本DOHaD研究会 公開日: 2018-03-09 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 渡邊, 浩子 メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/10271/3239

妊婦栄養の調査から見えてきた日本の現況

○渡邊浩子

大阪大学大学院医学系研究科保健学専攻 生命育成看護科学講座
ウィメンズヘルス科学教室

日本の女性の第1子妊娠時点の就業率は約7割である。既婚女性の社会進出はダブルインカムを生み、外食産業および中食産業の発展にも貢献している。平成26年度全国消費実態調査では、夫婦共働き世帯の食事形態は、内食を示す素材となる食料への支出割合は低く、中食を示す調理済みの食料と外食の支出割合が高い傾向を示しており、調理を家の外に依存する食の外部化、食の簡便化志向にある。妊婦の約5割は食品選択の知識や調理の技術に関する自信が“全くない”“あまりない”と自己評価しており、主食・副菜・主菜を食品から正しく選択できる割合は、主食で84%、副菜で55%、主菜に至っては22%と報告されている。このように、食品選択の知識や調理技術が低い妊婦が増加している。

妊婦を対象とした栄養調査では、妊婦のエネルギー摂取量は推定エネルギー必要量の約7割であり、たんぱく質摂取量、微量栄養素も推奨量を満たしていない傾向にある。バランスの悪い食事は、妊娠性貧血、体重増加過多、体重増加過少などを引き起こし、周産期異常の発症リスクを高め、胎児の成長にも影響を及ぼす。

平成17年7月に「食育基本法」が施行された。この目的は、国民一人一人が生涯に亘って、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践し、心身の健康の増進と豊かな人間性を育むことにある。妊婦のやせの増加、調理の知識・技術の低い女性の増加、中食に依存する女性の増加の現状から、次世代の健康を担っている女性に対する食育の取り組みをより一層、推進・強化していく必要があると考える。

シンポジウムでは、日本人女性を対象とした栄養調査の報告と低出生体重児出生の規定因子となる栄養素を示したシステムティックレビューを紹介する。

【略歴】

東京大学医学部附属助産婦学校卒業。帝京大学医学部附属病院産科病棟、日本大学板橋病院 NICU 病棟で 8 年間助産師として勤務。1998 年ウーロンゴン大学大学院助産学修士課程（オーストラリア）修了。2004 年 3 月東京大学大学院医学系研究科国際保健学専攻修士課程、2007 年 3 月同大学院博士課程修了。2007 年 4 月～京都大学大学院医学系研究科人間健康科学系専攻家族看護学講座講師、2009 年 8 月～滋賀医科大学医学部看護学科臨床看護学講座（母性・助産学）教授を経て 2014 年 4 月～現職。

妊孕世代の女性の食育、妊産婦の栄養管理、妊娠糖尿病妊婦の産後の支援に関する研究に取り組んでいる。

【演者・共同演者全員と所属の英語表記】

Department of Children and Women's Health, Division of Health Science,
Osaka University Graduate School of Medicine, HIROKO WATANABE