

# 世田谷区の妊婦さんの傾向

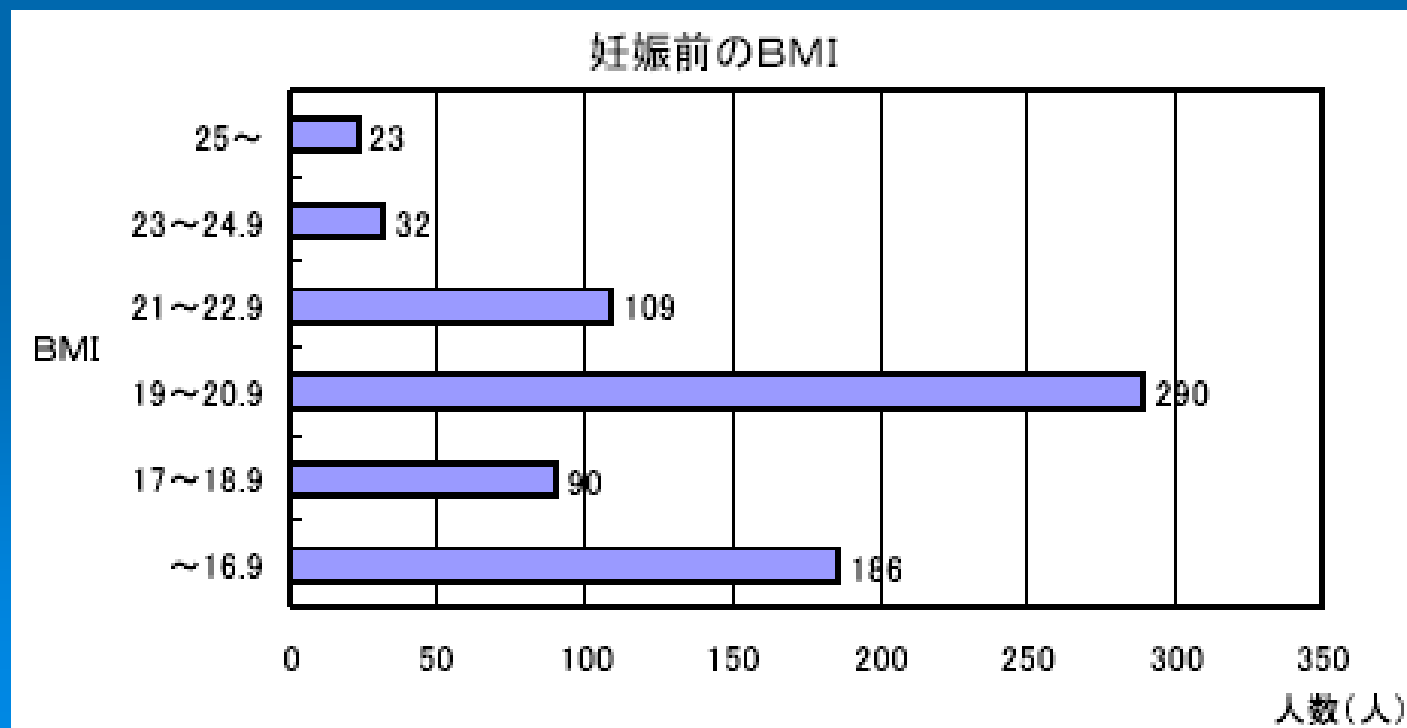
健康づくり課では、母親学級のなかで食事記録を書いていた  
だき、結果に対して食事アドバイスをを行っています。

17年度参加者食事記録の集計結果(N=730人)

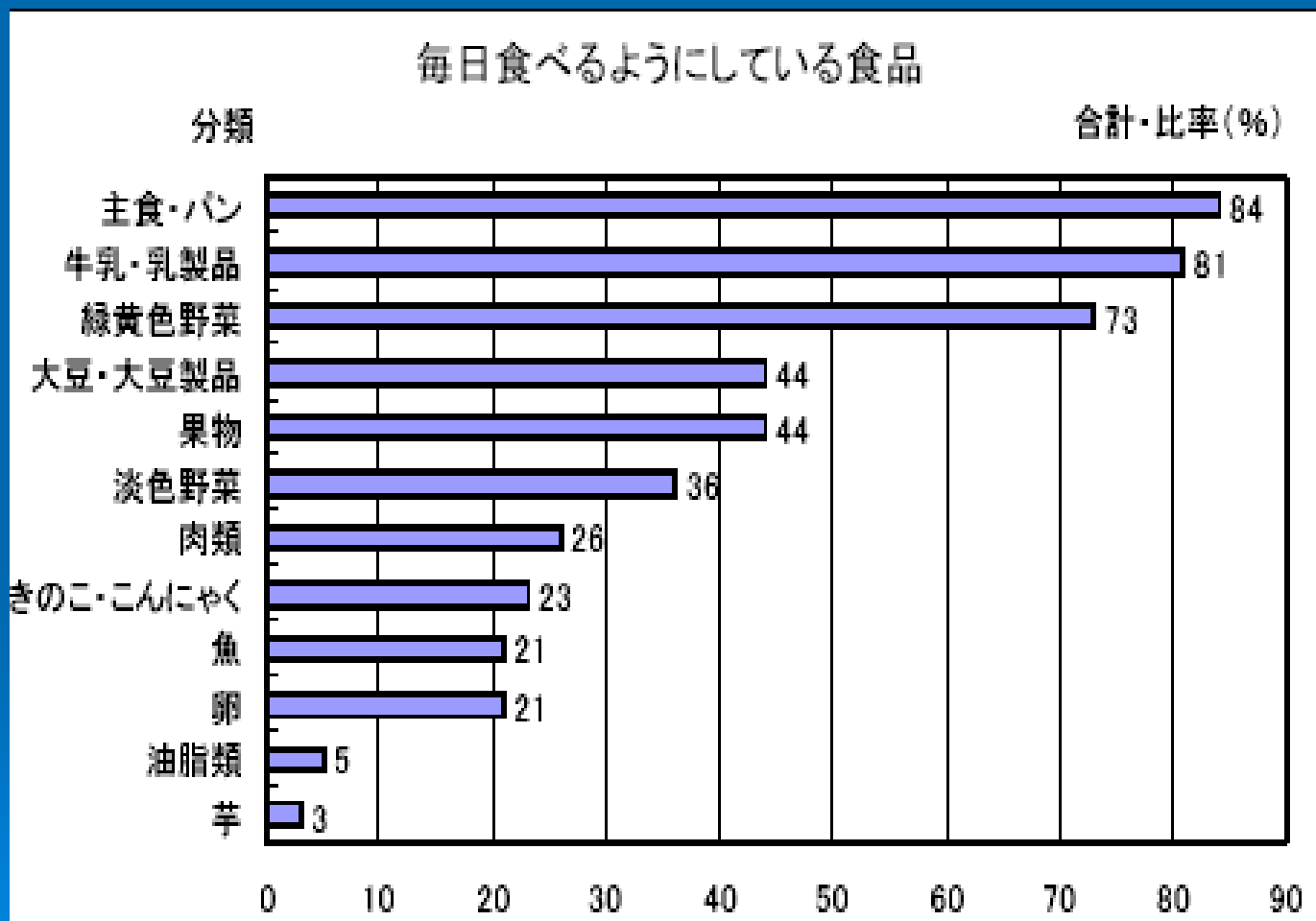
## 1. 妊娠前の体格指数について

BMI = 体重kg / 身長m<sup>2</sup>

低体重(やせ)18.5未満、ふつう18.5~25未満、肥満25~30未満



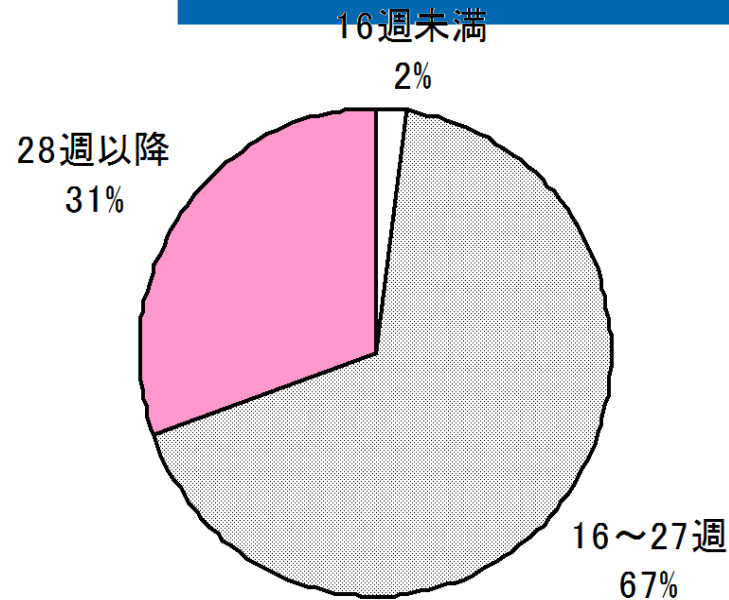
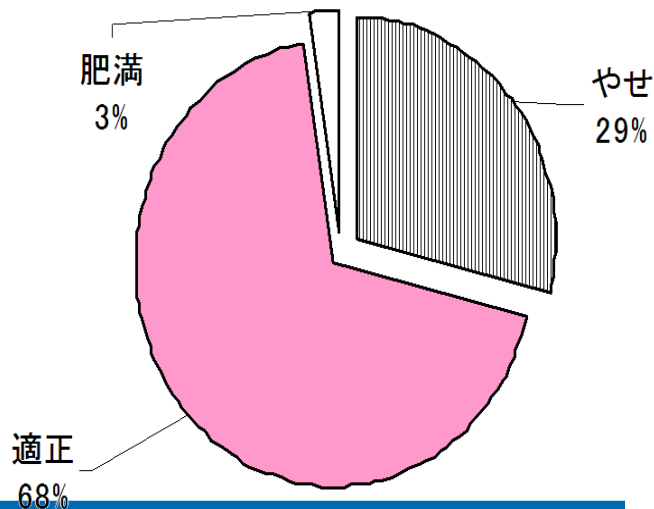
# 毎日食べるようにしている食品



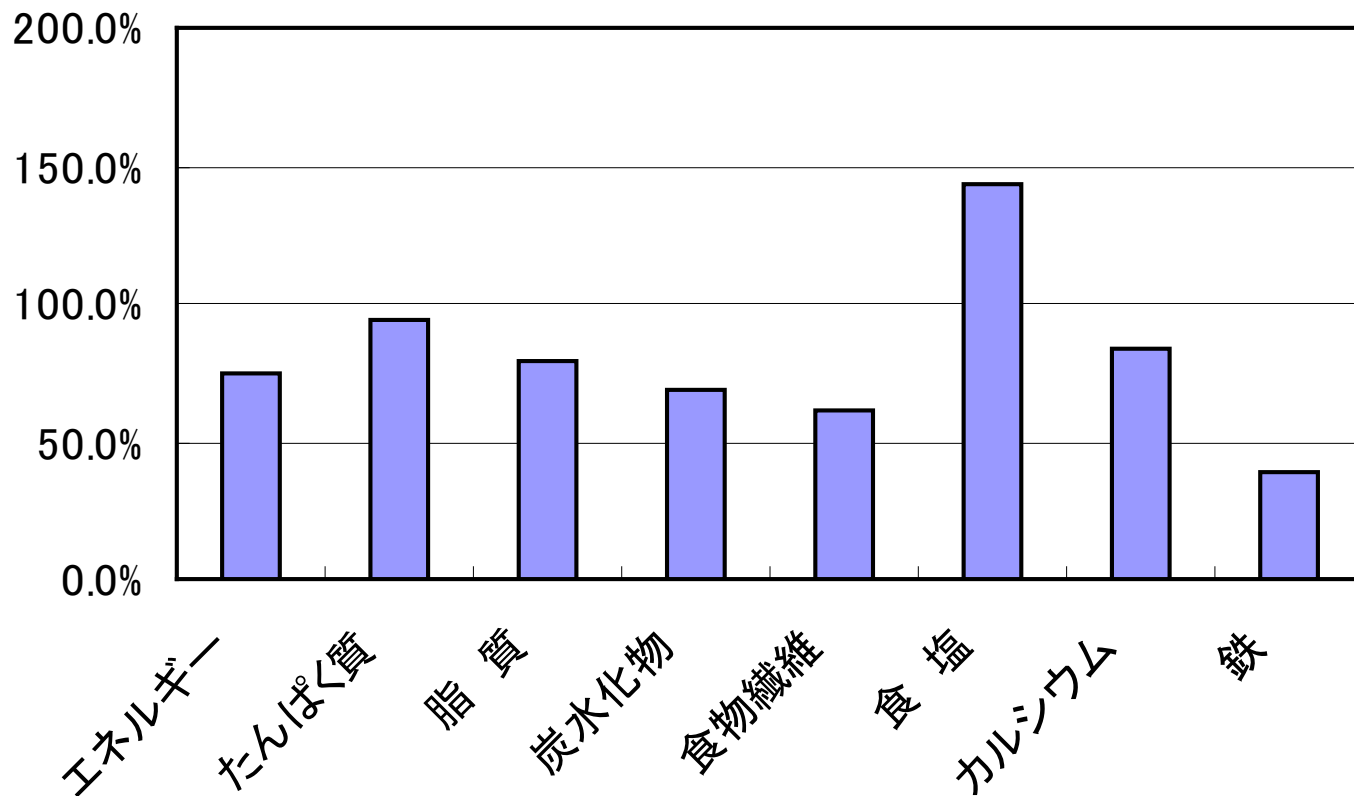
# 平成19年度の結果

母親学級の来所者総数は1588人で、そのうち食事診断を受けたものは1570人であった。（有効データ n=1449）

18年度は「やせ」の妊婦は28%でしたが、19年度は29%に増えています。



# 栄養摂取の状況



# 平成18年度離乳期の状況(n=1432)

図1 月齢

□ 16年度   ■ 17年度   ■ 18年度

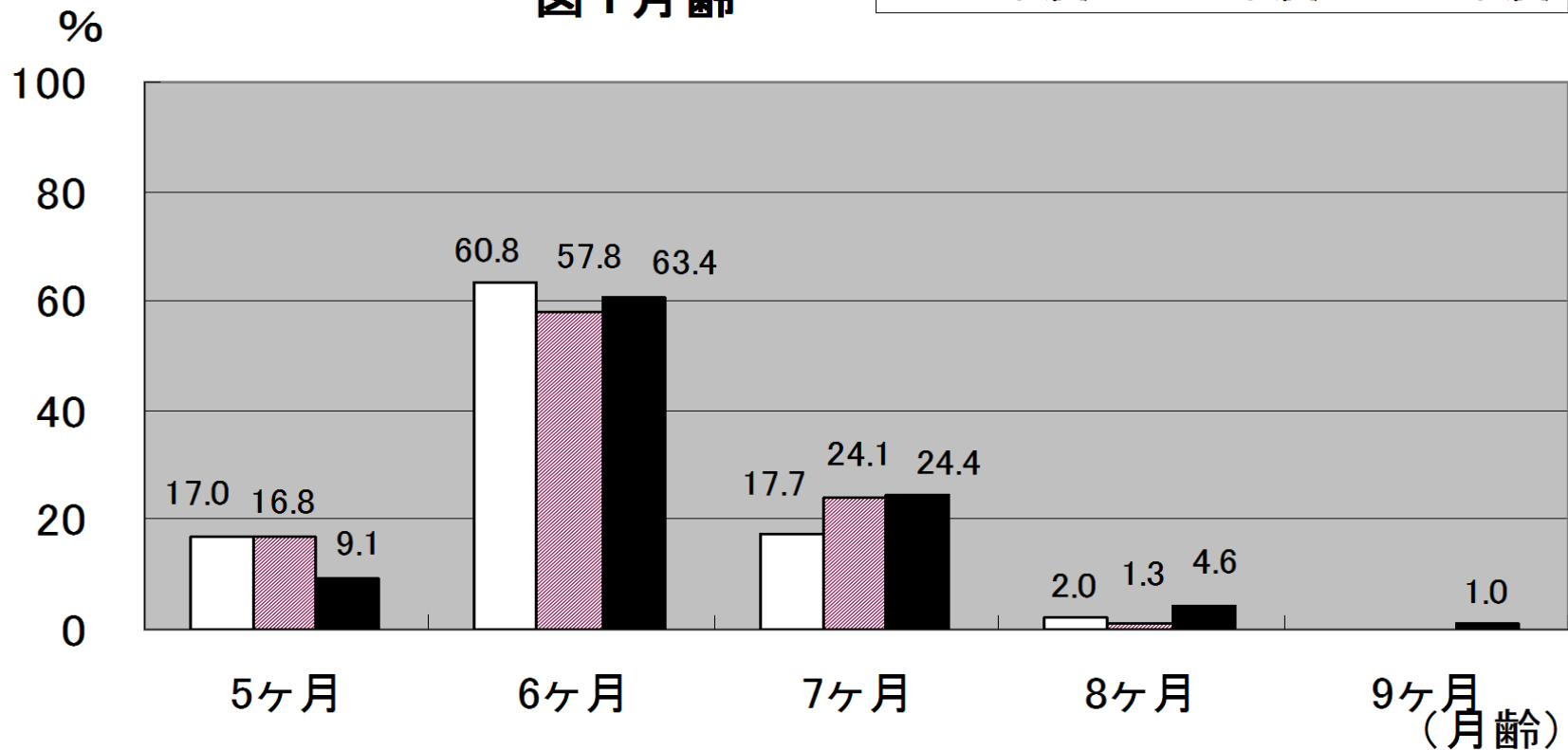
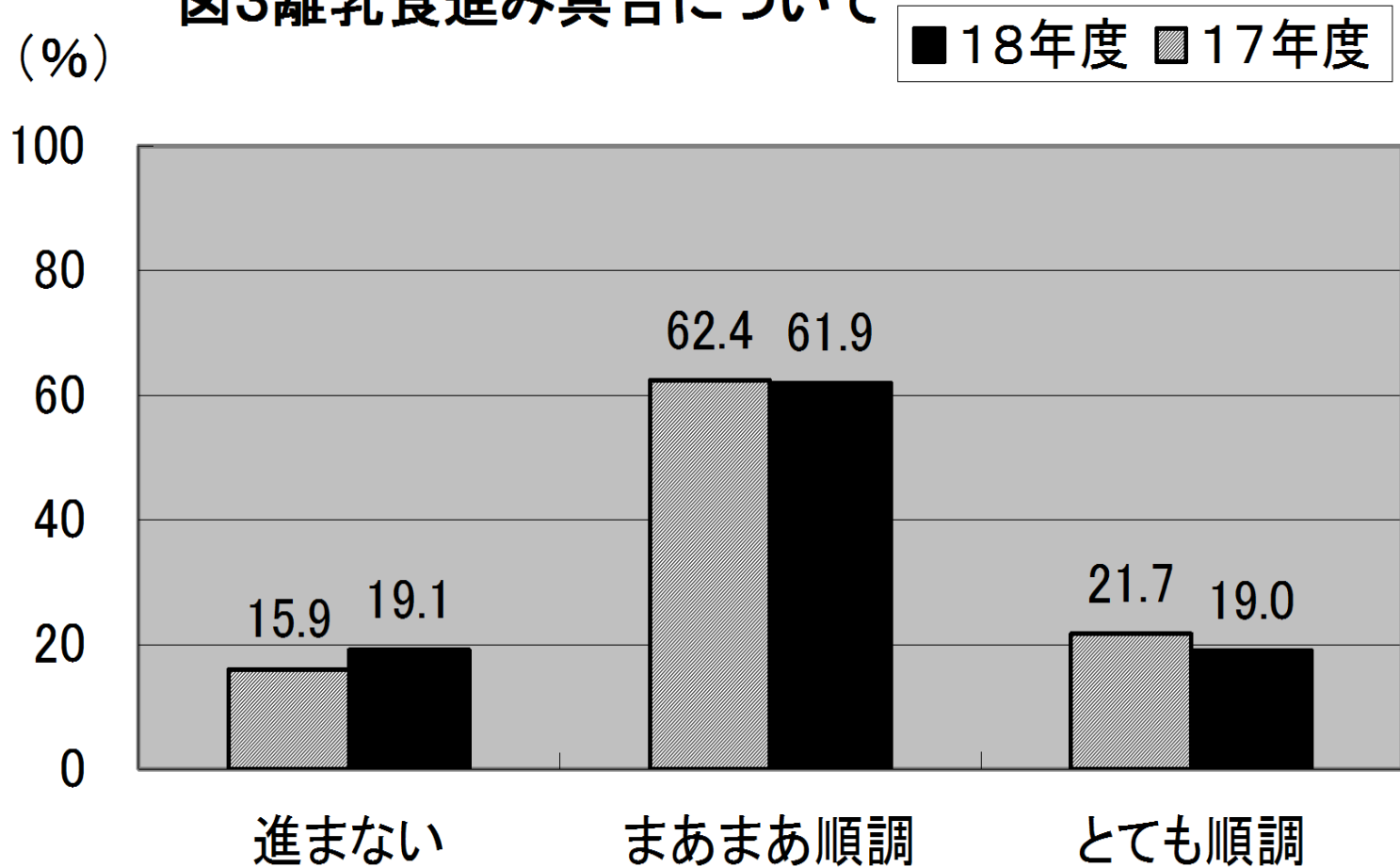
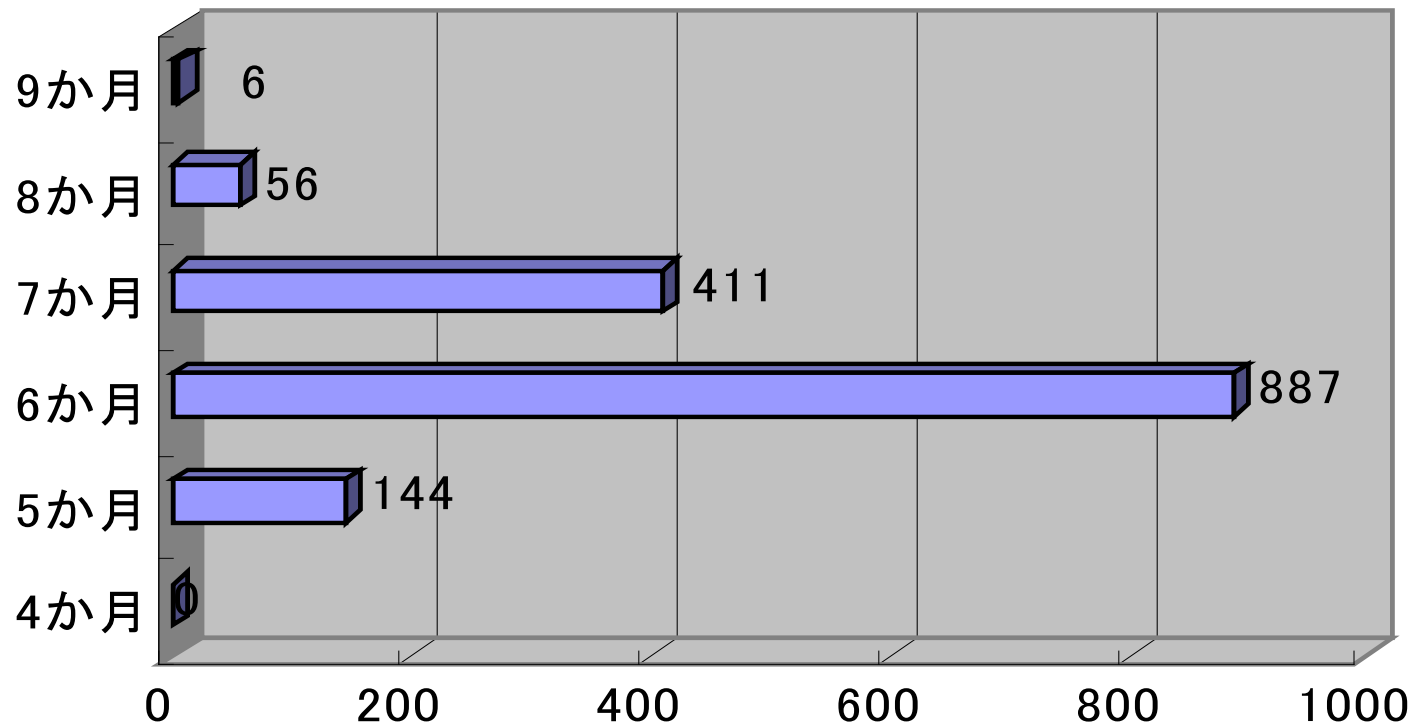


図3離乳食進み具合について

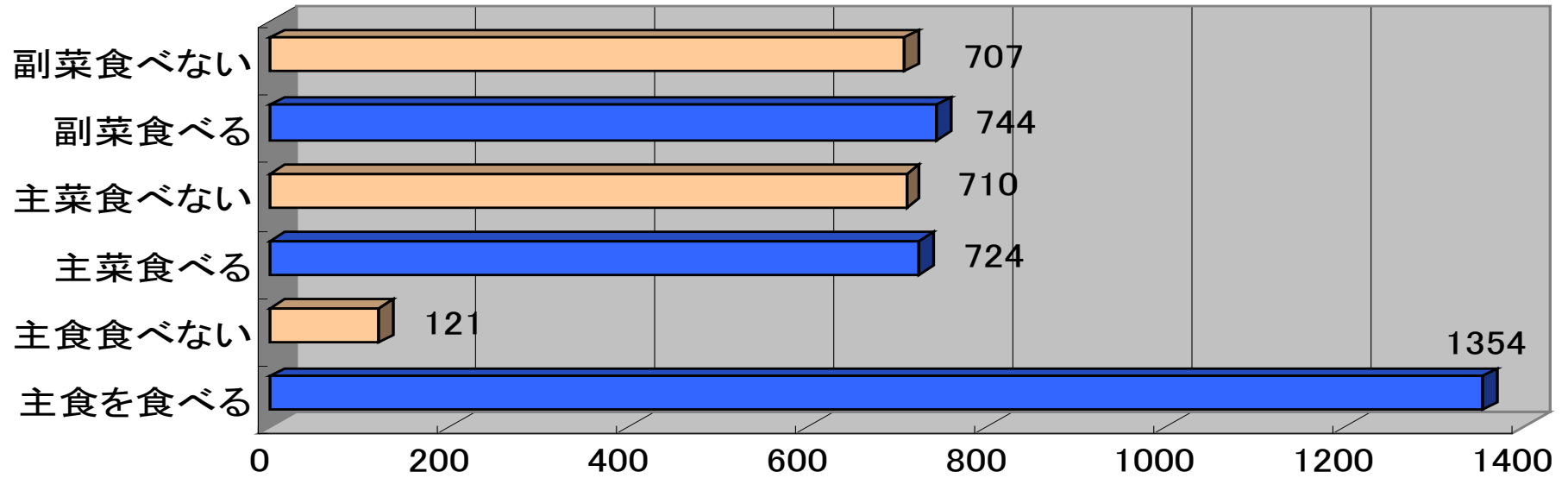


# 19年度離乳期の母親の状況

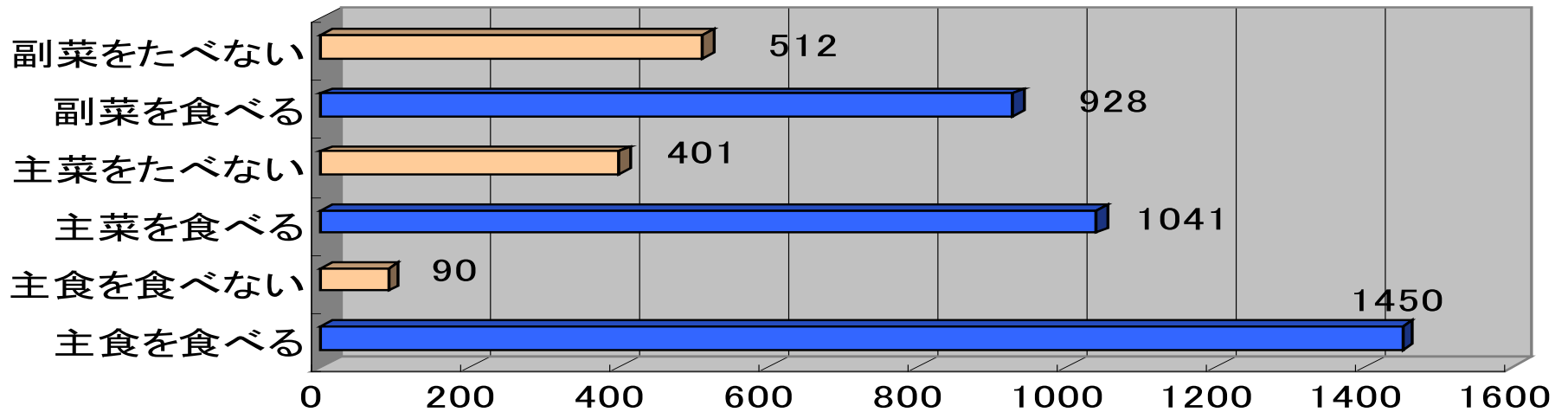
## 1. 参加者の月齢



## 5-1 朝食のバランスについて

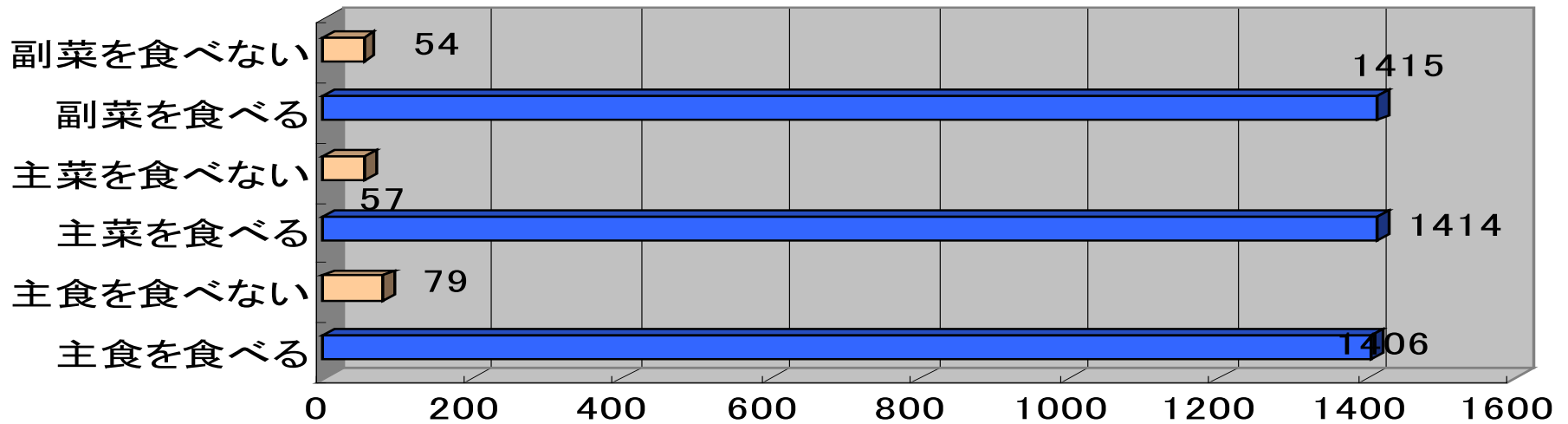


## 5-2 昼食のバランス





## 5-3 夕食のバランス



母親世代の食事バランスが乱れる傾向にあるため、簡単な食事の取り方をふくめた、衛生教育を行うような事業計画を行っていく必要がある。

# 平成16年区民健診結果n=492 (対象:16~39歳までの区民)

図5 1日2食以上に「主食・主菜・副菜」が揃っている

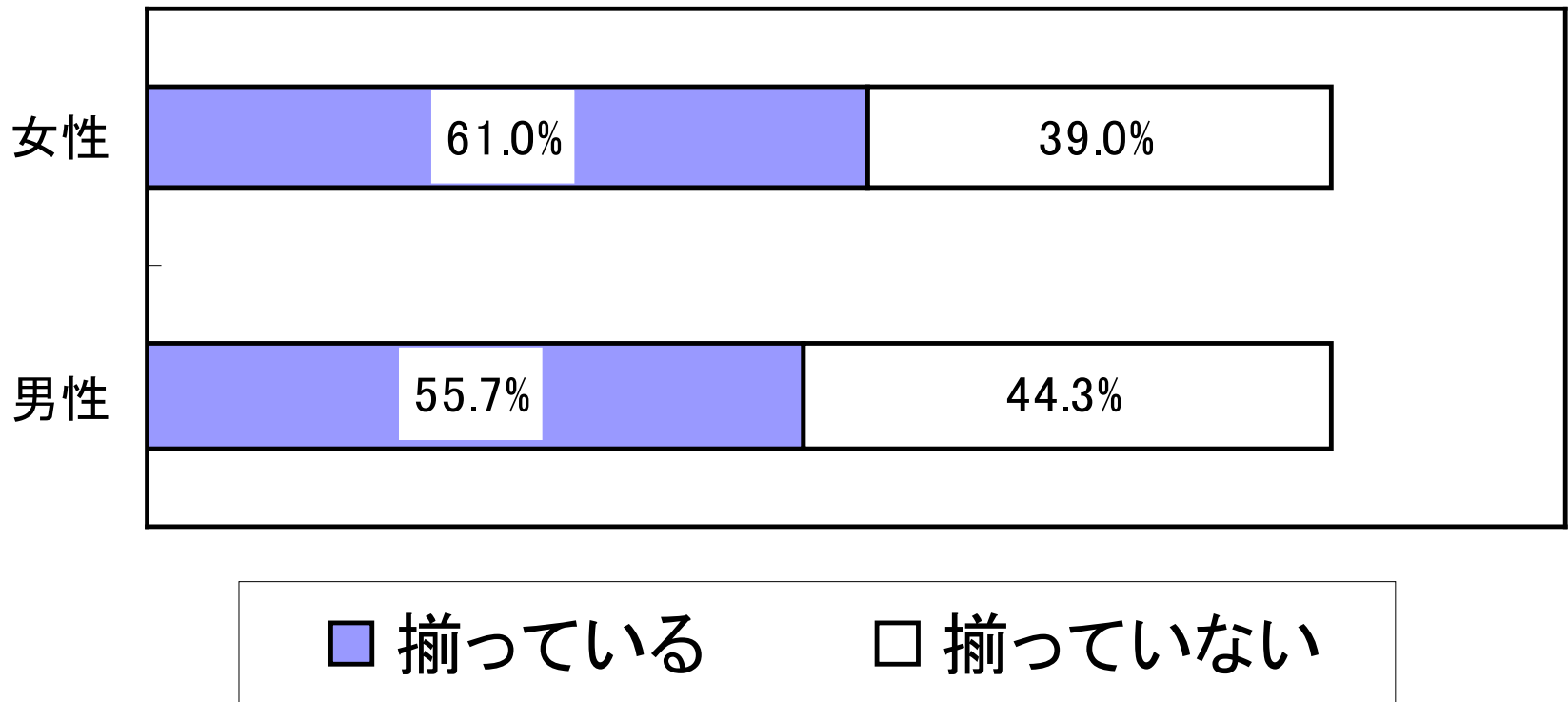


図6 朝食の摂取状況

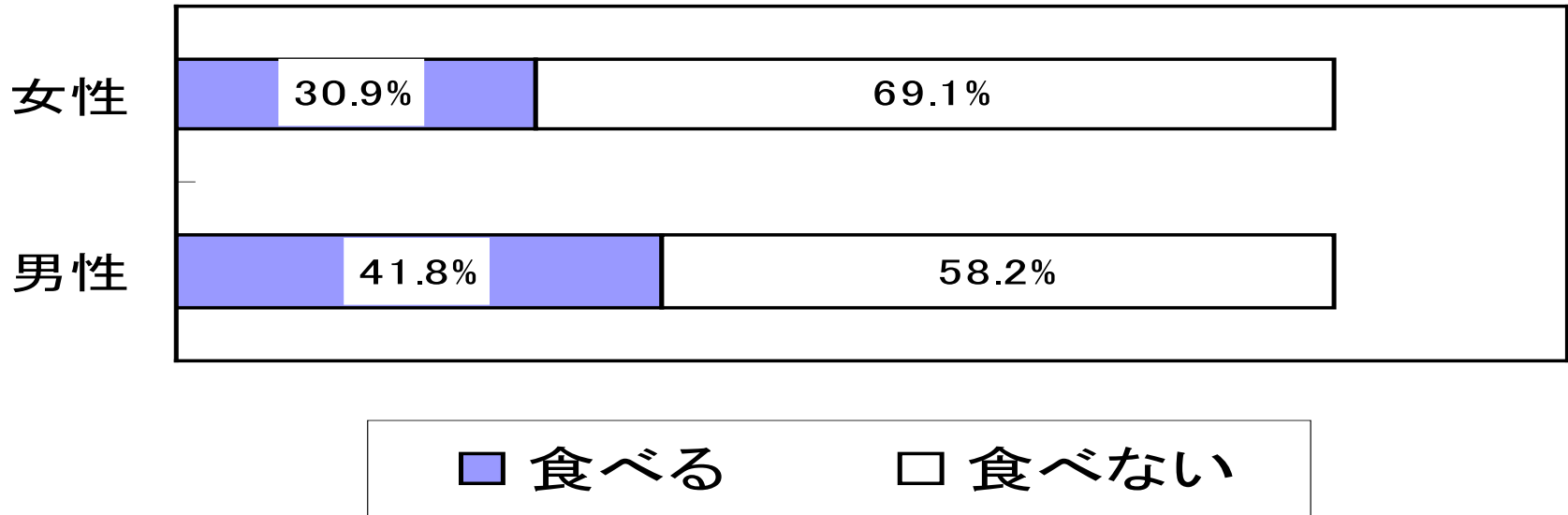
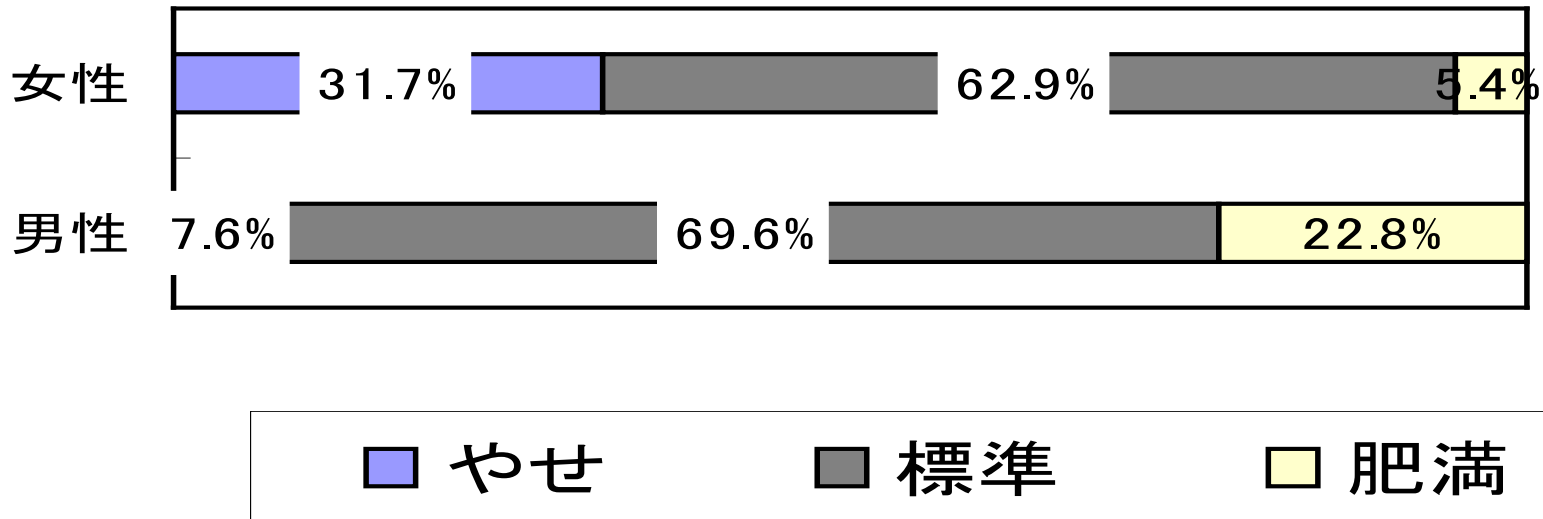


図7 BMIの状況



研究題目：

乳幼児健康診査時の栄養・食生活相談事例報告

研究目的：

世田谷区において、離乳食講習会や、乳幼児健診（4ヶ月・1歳6ヶ月・3歳）の栄養相談を通して、現在の親子環境、社会情勢等と母親の食に関する知識、態度、実践力などの問題点とその対応について分析した。

図6 離乳食講習会 個別指導内訳

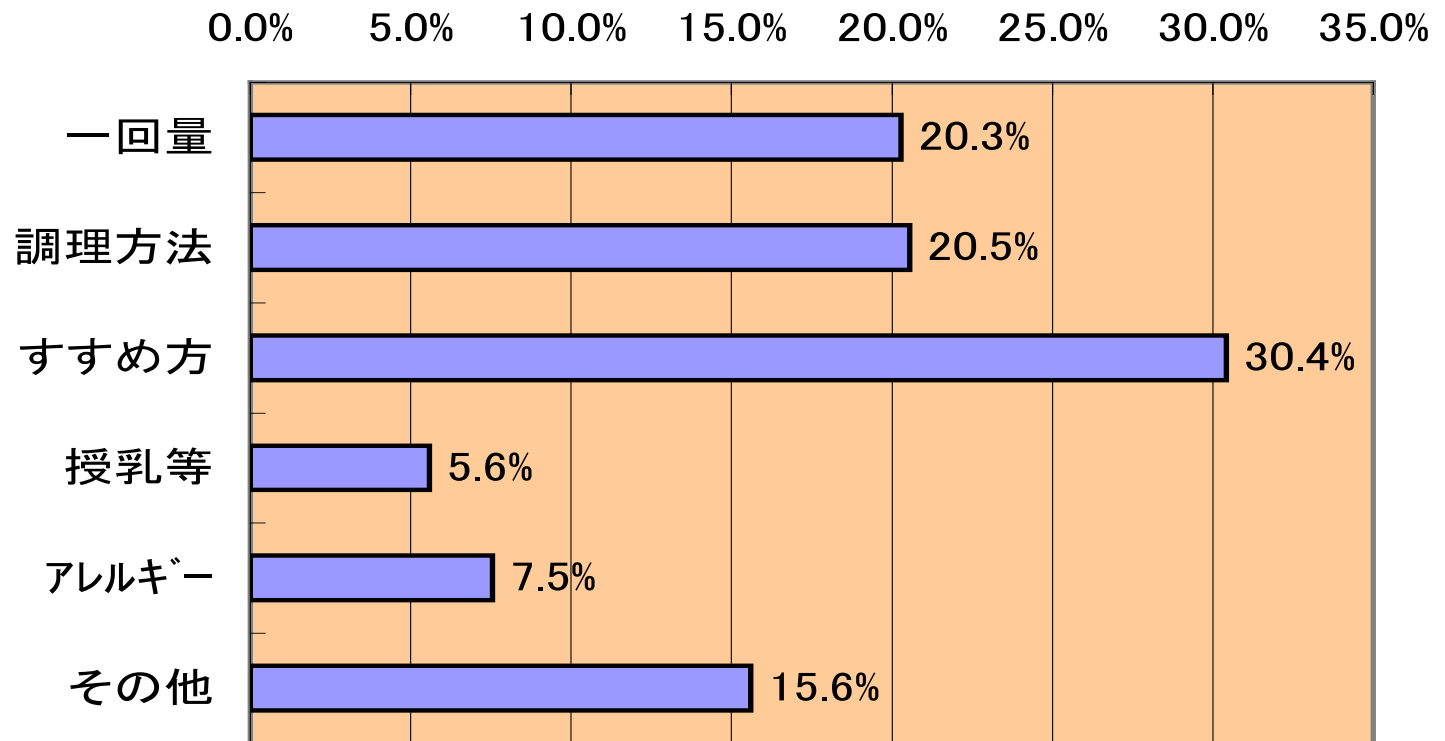
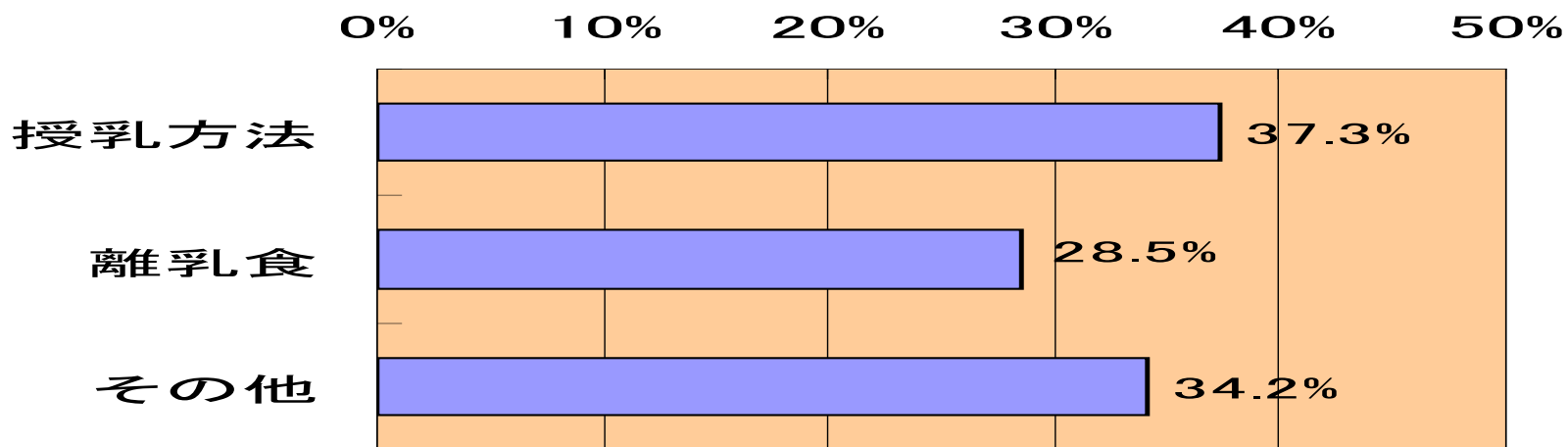
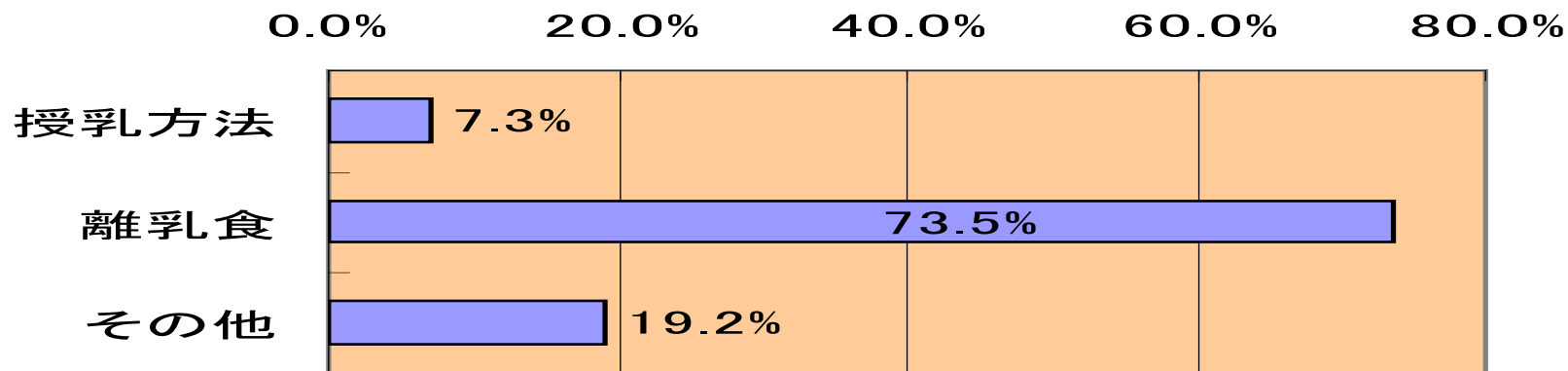


図1 乳児健診個別指導内訳



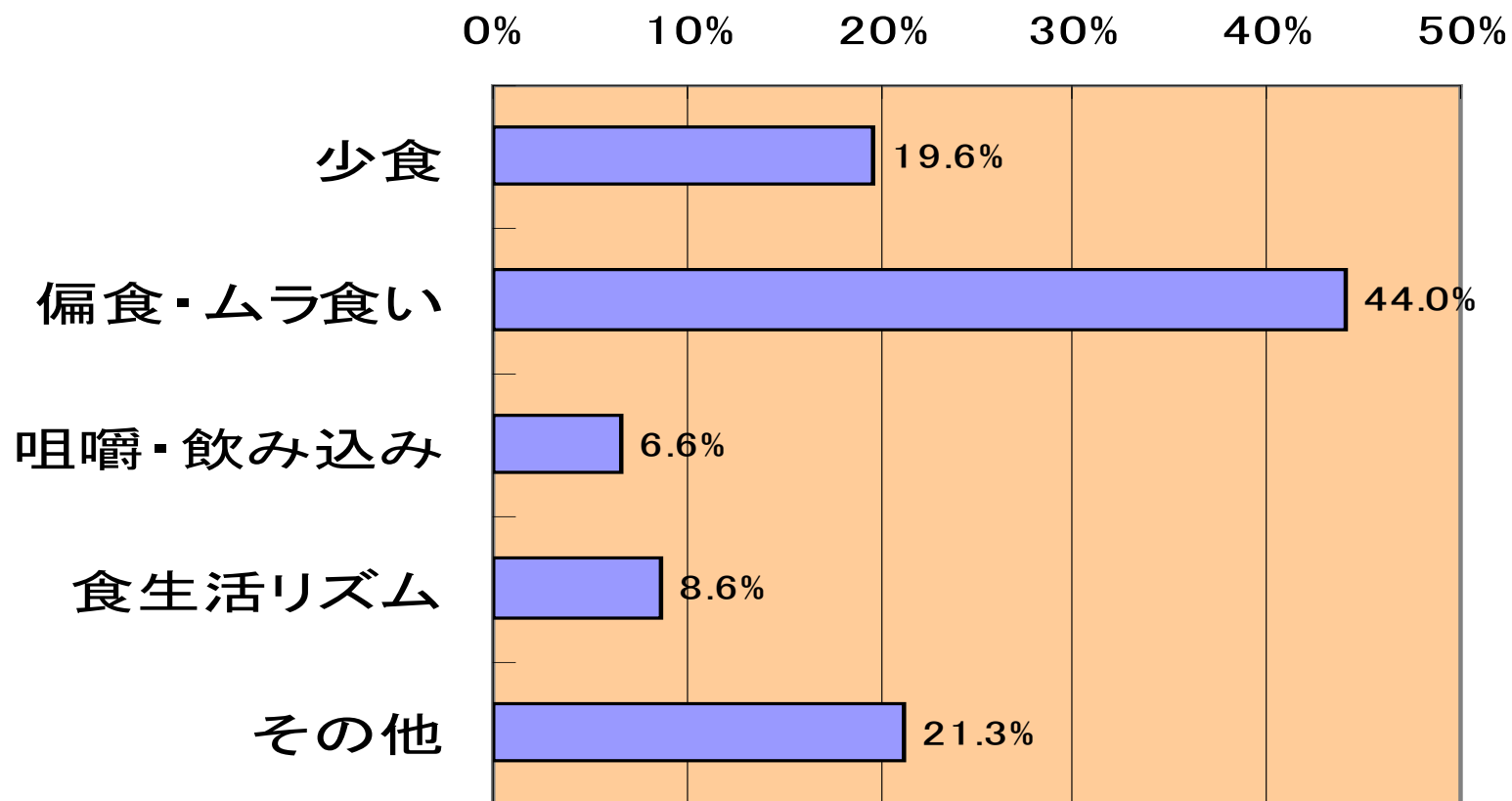
N=340

図2 育児講座個別相談内訳



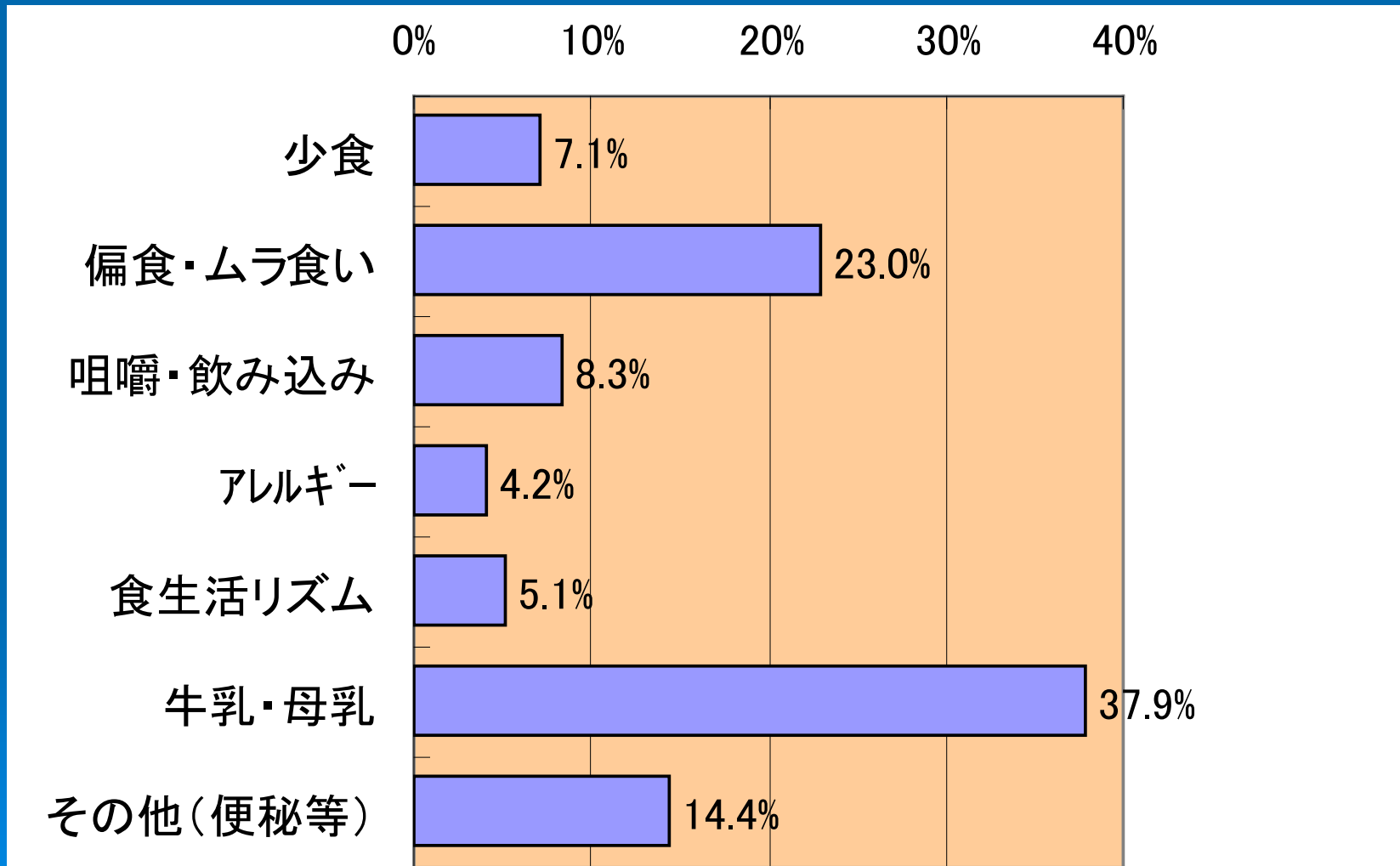
N=558

図4 3歳児健診個別指導内訳



N= 431

# 1歳6ヶ月健診 (n=934)





# 離乳食講習会(7ヶ月乳児の母親)

図5お母さんの普段の食事状況

■17年度 ■18年度

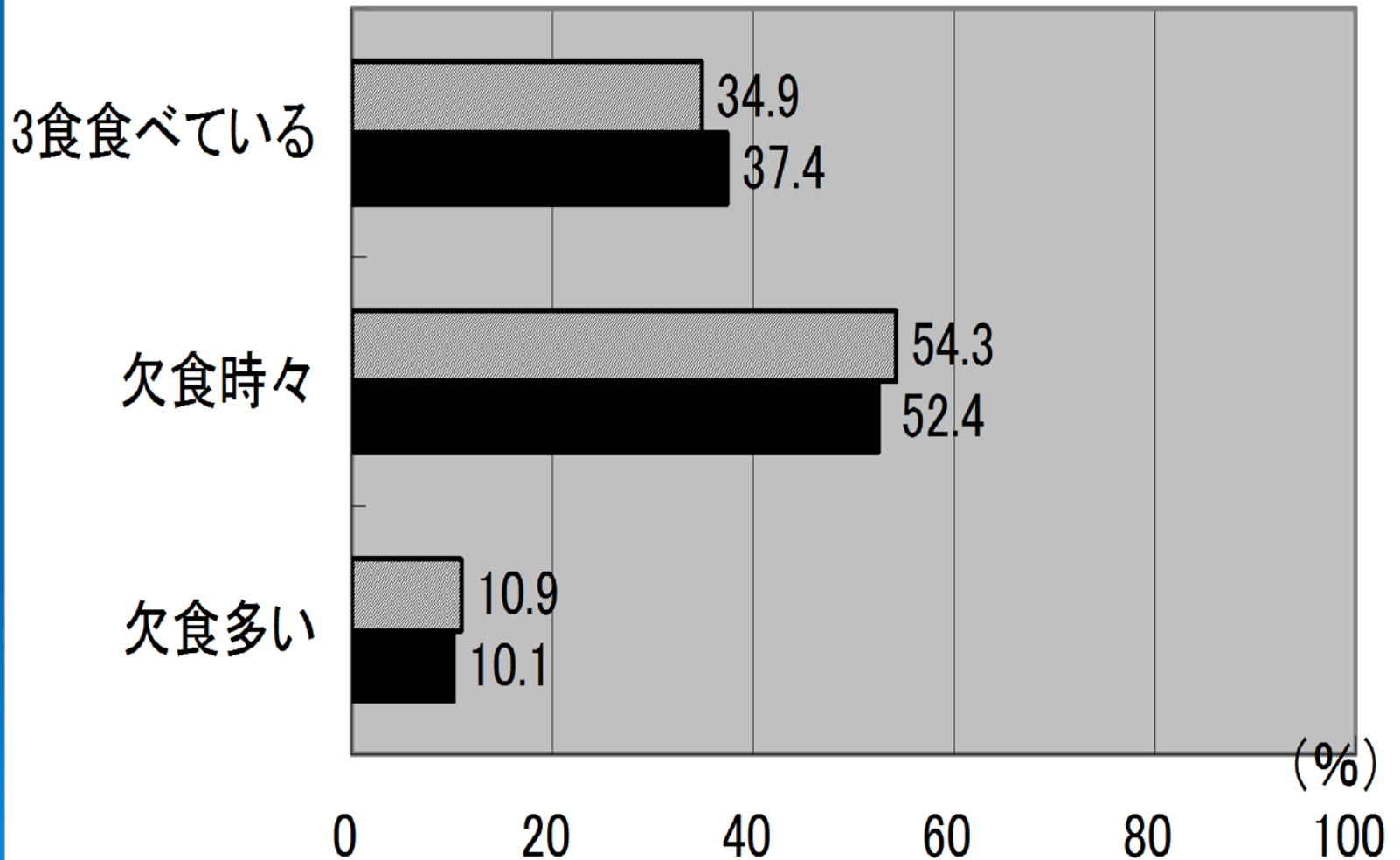
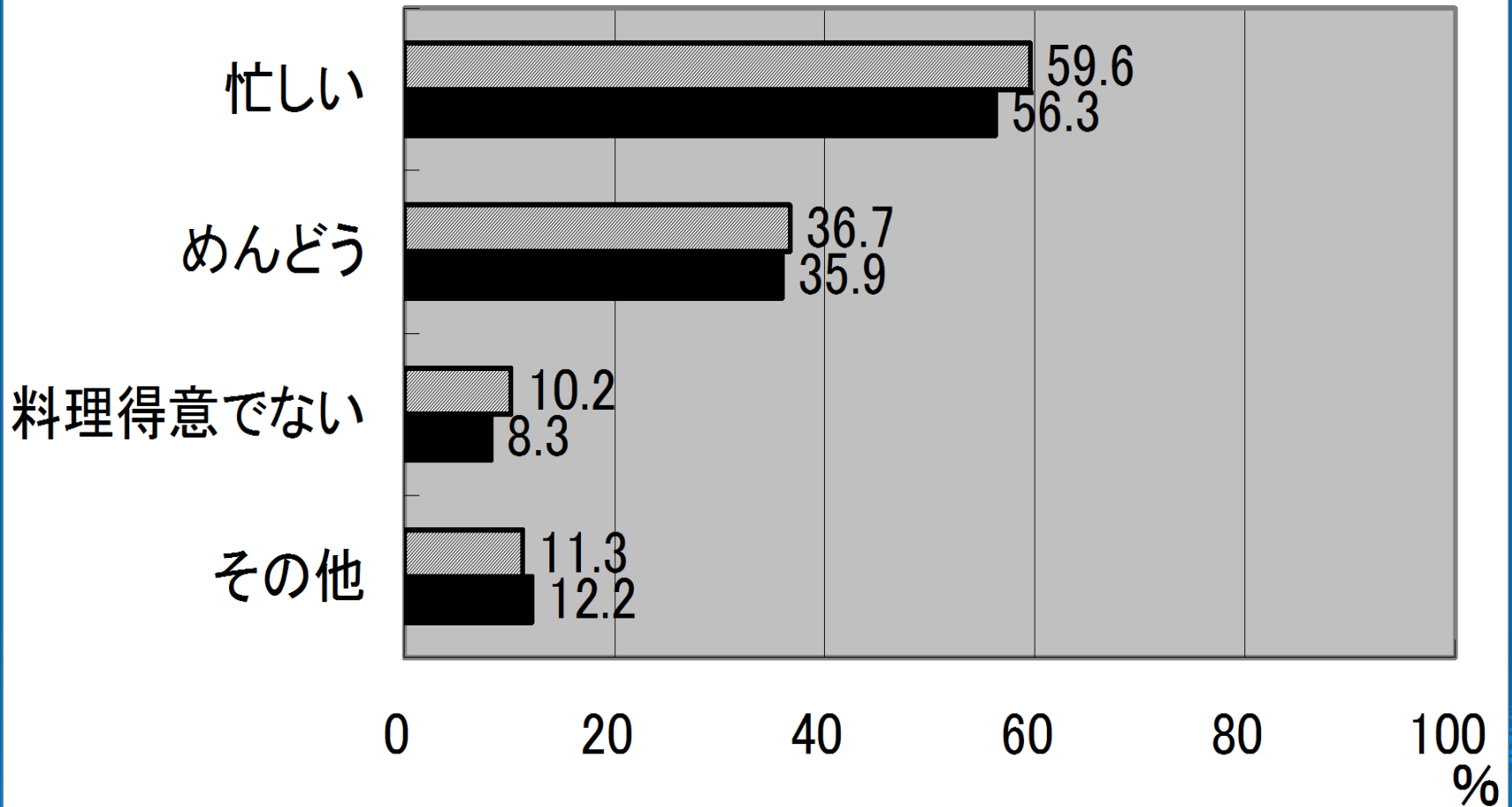


図6欠食や簡単にすませる理由

■ 17年度 ■ 18年度



N=1261 (17年度) N=1432 (18年度)

# まとめ

栄養相談の際、重要なことは個々の実態を的確に把握し、親世代に受け入れやすい内容で話をするることである。しかし、行政における母子への栄養指導は、1回限りの相談で終わることが多くある。そこで、栄養相談の効果判定・評価を含めて、電話等で事後フォローを行うことも大切と考える。

- 離乳食講習会では「離乳食」を介し親子双方の支援として具体的な方法の提案をしながら、食生活の基礎である家庭での食育を伝えていくことが必要である。

# 考 察

- アンケートの結果では、母親の普段の食事状況については
- 「3食食べている割合」は約40%
- 約60%は欠食や簡単にすませる事があるという結果になった。
- 理由として「忙しい、めんどろ」が「料理が得意ではないから」を上回っている。
- 母親自身の食欲低下や、日々の生活状況が母親の食生活に影響を与えている。

- 料理作りに関しては約75%が「機会があれば離乳食以外におとなの料理について覚えて料理のレパートリーを増やしたい」と回答し
- 「今は無理・興味ない」約22%であった。多くの母親は離乳食作りだけでなく、家庭の食事づくりに目を向ける傾向にある結果となった。

ご清聴ありがとうございました。

