

＜妊娠・出産に当たっての適切な栄養・食生活に関する調査報告書＞

株式会社日本総合研究所

1. 調査の目的

妊娠期及び授乳期は、母子の健康の確保のために、適切な食習慣に努めることが極めて重要な時期である。厚生労働省では「妊産婦のための食生活指針」（平成18年2月）の策定や、妊娠可能な年齢の女性に対する神経管閉鎖障害発症リスクに関する通知を通して、正しい情報の提供に取り組んでいる。

一方で、若い女性を中心に、食事の偏りや低体重（やせ）の者の割合が増加するなど健康上の問題が改善されていないことが懸念されている。神経管閉鎖障害発症リスクの低減のために、妊娠初期に葉酸を摂取していた者の割合が2割に留まるとのデータもあり、改めて妊娠・出産に当たっての栄養・食生活に関する正しい情報提供の在り方を検討する必要がある。

よって、妊娠可能な年齢の女性及び妊産婦に向けた栄養・食生活の改善と医療機関等による妊産婦への食生活向上に向けた取組を効果的に進めていくための基礎資料を得るとともに、妊娠・出産に当たっての栄養・食生活に関する正しい情報提供を行うための資料を開発することを本事業の目的とする。

2. 調査研究の概要

本事業では、妊娠可能な年齢の女性及び妊産婦の栄養・食生活に関する実態調査、医療機関等における妊産婦健診時の栄養・食生活に関する指導の実態調査、妊娠可能な年齢の女性に対する葉酸に関する科学的根拠の更新を行った。妊娠可能な年齢の女性及び妊産婦の栄養・食生活に関する実態調査を参考にしながら、妊娠可能な女性及び妊産婦に向けた栄養・食生活に関する正しい情報提供の在り方を検討し、その一環として妊娠・出産に当たって必要な正しい栄養・食生活に関する啓発の手法及び資料を開発した。

3. 主な調査研究結果

本調査研究では、妊娠可能な女性及び妊産婦の食生活及び情報収集の現状、医療機関等の妊産婦に対する食生活向上に向けた取組の実施状況、医療機関が提供する妊産婦への食生活向上に向けた取組内容と妊産婦のニーズとのギャップ、医療機関と自治体等との連携の課題を明らかにした。加えて、妊娠可能な年齢の女性に対する葉酸の摂取に関する科学的根拠の更新として、葉酸摂取と神経管閉鎖障害リスク、赤血球葉酸値から見た神経管閉鎖障害リスクに関する先行研究の調査を行った。それらの調査結果に基づき、妊娠・出産に当たっての適切な栄養を摂取し、食生活向上につなげていくために5つの提言(1.結婚・出産前の女性等の食生活向上に向けた活動、2.提供する情報の質向上に向けた医療機関と各地方公共団体の連携強化、3.産婦の支援の強化、4.葉酸調査における広範囲かつ詳細データの系統的な収集、5.事業評価手法の仕組み)を行った。調査結果や提言は、医療機関や各地方公共団体、企業等が妊娠可能な年齢の女性及び妊産婦の食生活向上に向けた活動を行う基礎資料として活用されることが期待される。また、作成したレシピ「働く女性のためのヘルスケアブック」を通じて、働く女性が健康的な生活を送るための基本的な知識を学び、生涯にわたる健康な体づくりにつなげていくことが期待される。