

割以上、見受けられた⁶⁾（図13）。

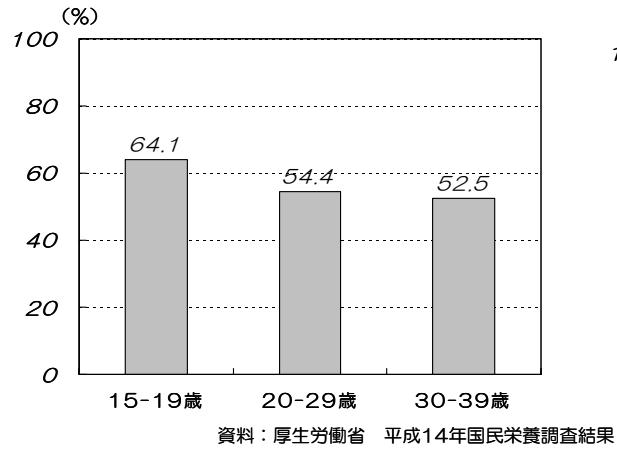


図12 現在、体重を減らそうとしている者の割合（女性、年齢階級別）

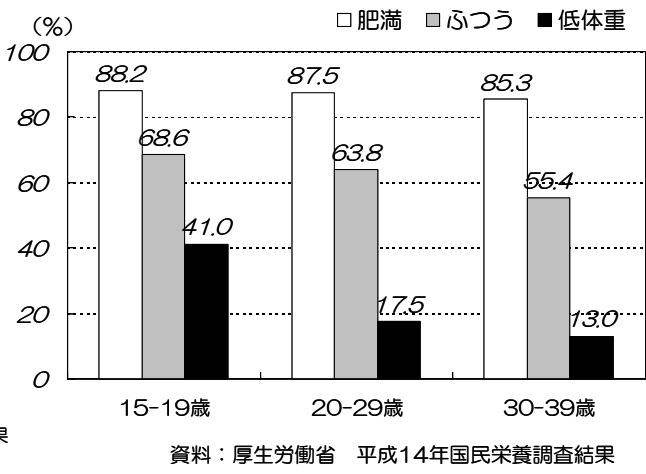


図13 体型別 体重を減らそうとしている者の割合（女性、年齢階級別）

（3）妊産婦や生まれてくる子どもの健康と食をめぐる現状

①妊産婦におけるエネルギー及び各種栄養素の摂取状況

妊婦、授乳婦はエネルギー及び各種栄養素において、非妊娠時、非授乳時よりも十分に摂取する必要がある。しかし、エネルギーをはじめカルシウムや鉄などの摂取量については、1日に必要とされる摂取量を確保できていない状況にある⁷⁾（表1）。

表1 妊婦、授乳婦のエネルギー及び栄養素摂取量

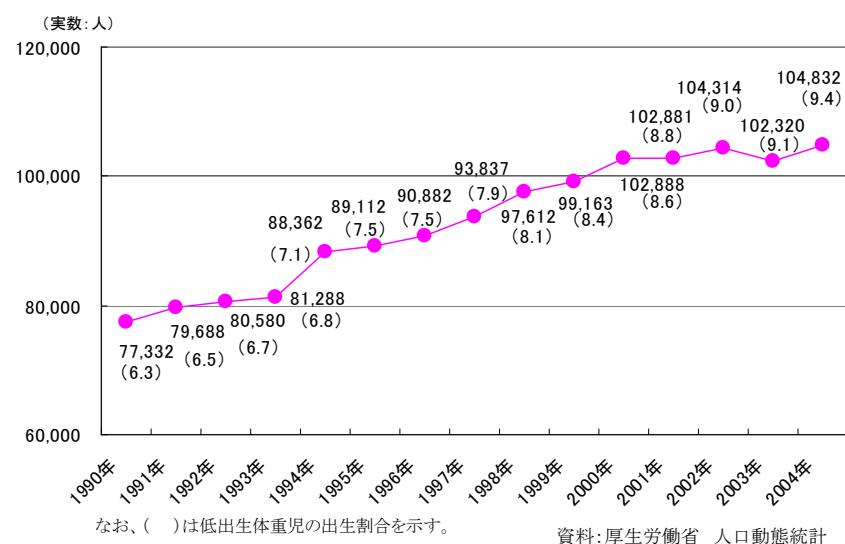
	妊婦 (n=330)		比較対照群 ²⁾ (n=330)		授乳婦 (n=338)		比較対照群 ³⁾ (n=338)	
	平均摂取量	栄養所要量 ¹⁾	平均摂取量	栄養所要量 ¹⁾	平均摂取量	栄養所要量 ¹⁾	平均摂取量	栄養所要量 ¹⁾
エネルギー (kcal)	1869	2153	1813	1919	2072	2589	1893	1917
たんぱく質 (g)	73.7	76.9	72.6	60.7	80.4	80.3	73.8	60.8
脂肪 (g)	60.4		58.9		65.7		61.2	
炭水化物 (g)	254.7		241.7		282.6		253.8	
カルシウム (mg)	597.7	923.3	499.6	600.0	609.4	1100.0	499.1	600.0
鉄 (mg)	11.0	18.4	10.6	12.0	11.5	20.0	10.3	12.0
食塩 (g)	11.7		12.1		12.9		11.6	
ビタミンA (IU)	3442	1935	2431	1800	3200	3200	2643	1800
ビタミンB ₁ (mg)	1.20	0.90	1.08	0.80	1.20	1.10	1.07	0.80
ビタミンB ₂ (mg)	1.42	1.20	1.26	1.10	1.50	1.50	1.30	1.10
ナイアシン (mg)	15.2	14.1	15.2	12.8	16.5	17.6	15.7	12.7
ビタミンC (mg)	126.1	60	114.3	50	130.3	90	114.0	50
ビタミンD (IU)	79.7	400	95.0	100	99.5	400	91.4	100

1) 第6次改定日本人の栄養所要量に基づく 2) 調査対象の「妊婦」と同じ年齢構成の非妊婦集団 3) 調査対象の「授乳婦」と同じ年齢構成の非授乳婦集団
厚生労働省「国民栄養調査」(1995-1999)をもとに分析

資料: Takimoto H, Yoshiike N, Katagiri A, Ishida H, Abe S. Nutritional status of pregnant and lactating women in Japan: A comparison with non-pregnant/non-lactating controls in the National Nutrition Survey. J. Obstet. Gynaecol. Res 2003; 29(2):96-103

②生まれてくる子どもの健康をめぐる現状

近年、低出生体重児の割合は増加傾向にある。人口動態統計の結果では、1993年（平成5年）に6.8%だった低出生体重児の出生割合が2004年（平成16年）には9.4%と増加している⁸⁾（図14）。妊娠前の体重や妊娠中の体重増加が、低出生体重児の出生頻度に関わることがいわれており、適切な栄養指導や体重管理の重要性が示唆されるところである。21世紀の母子保健における国民運動計画「健やか親子21」においても、全出生数中の低出生体重児の割合について2010年の目標を「減少傾向へ」とする課題が示されている（表2）。



環境整備	
3-2 全出生数中の低出生体重児の割合	
2010年の目標 減少傾向へ	
ベースライン	8.6%
	(平成12年人口動態統計)
↓	↓
暫定直近値	9.4%
	(平成16年人口動態統計)

図14 低出生体重児（2,500g未満の出生児）数の年次推移

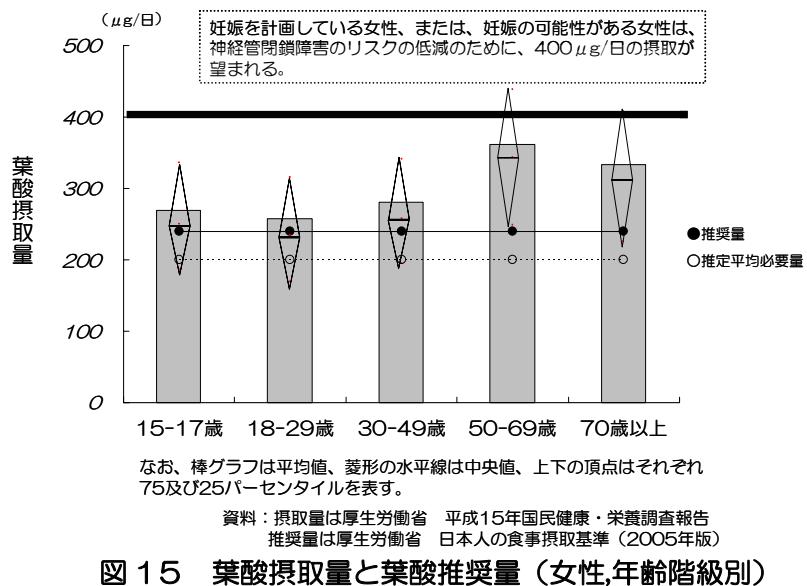
表2 「健やか親子21」*における低出生体重児に

*21世紀の母子保健における取組の課題として目標値を示したものであり、国民をはじめ、関係機関・団体が一体となって行う国民運動計画。

また、我が国においては、神経管閉鎖障害の発生率が1998年当時で出産（死産を含む）1万人に対し

6.0で、うち二分脊椎の発生率は3.2程度であり、2003年には6.1となっている⁹⁾。妊娠期においては、神経管閉鎖障害発症リスク低減のために適正摂取が推奨されている葉酸についても十分な摂取量(400μg/日)は確保されていない^{1)¹⁵⁾}

上、葉酸の供給源のひとつである緑黄色野菜についても十分にとれていない¹⁾(図9、図15)。



文献

- 1) 厚生労働省. 平成15年国民健康・栄養調査報告.
- 2) 厚生労働省. 平成11年国民栄養調査結果.
- 3) 厚生労働省. 平成12年国民栄養調査結果.
- 4) 厚生労働省. 日本人の食事摂取基準（2005年版）.
- 5) 厚生労働省. 21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）. 2000.
- 6) 厚生労働省. 平成14年国民栄養調査結果.
- 7) Takimoto H, Yoshiike N, Katagiri A, Ishida H, Abe S. Nutritional status of pregnant and lactating women in Japan: A comparison with non-pregnant/non-lactating controls in the National Nutrition Survey. J. Obstet. Gynaecol. Res 2003; 29(2):96-103.
- 8) 厚生労働省. 平成16年人口動態統計.
- 9) 平成16年度 厚生労働科学研究費補助金（子ども家庭総合研究事業）「先天異常モニタリング・サーベイランスに関する研究」（主任研究者：平原史樹）.