

平成 23 年 3 月 31 日現在

研究種目：基盤研究（C）

研究期間：2007 ～ 2010

課題番号：19592505

研究課題名（和文） 妊娠から育児期を通じた母子の継続した食育向上に関する研究

研究課題名（英文） Assessment of nutrition education during pregnancy through child care period.

研究代表者

坂本 めぐみ（SAKAMOTO MEGUMI）

埼玉県立大学・保健医療福祉学部・講師

研究者番号：50279577

研究成果の概要（和文）：

目的

妊娠期から育児期の母子に必要な食育、特に看護職の役割を明らかにする

方法

- 1) 産婦人科診療施設における妊娠期から育児期までの女性への食生活と食育に関する調査
- 2) 小児科診療施設における、育児期の母親の食生活と食育希望に対する調査
- 3) 夜間営業の施設で活動する母子への食育調査
- 4) 産婦人科および小児科で勤務する看護職の食育・栄養指導に関する調査を行った。

結果

1) ①妊娠中期では妊娠期の栄養の意義や必要性は理解しているものの、非妊時と栄養摂取状況および食生活の状況は変化していなかった。妊娠後期では胎児の成長を意識した食生活への意識が上昇し、一部食行動が変容していた。分娩への不安を抱え、育児期へ向かう準備の中では母乳への関心が高いが、離乳期や幼児期までを見据えた食への関心は低い。産褥期は母乳栄養と母乳栄養のための栄養、自身の身体回復への関心はあるが調理や献立に対する意識は低い。

2) 生後 4 ヶ月児を育児する母親は、分娩後から今までの期間は自分の食生活への関心は低く、夕食は調理しバランスの取れた食事内容を心がけるが、朝食と昼食内容は主食のみの食事が多く、朝食や昼食において主菜と副菜の調理を行っていた母親は全体の 8.0%であった。離乳期に入ると補完食（離乳食）を調理することへの困難や支援希望をあげるものが多かった。

3) 夜間営業の店舗内で活動する乳幼児とその母親は、夜間に食事や遊戯施設で活動する傾向がコントロール群と比して高い傾向があり、子どもの食や子どもの生活リズムへの不安が高く、生活リズムの整え方や子どもの食への援助希望が高かった。朝食欠食は両群で差がなかった。夜間活動する母子に対しては、生活リズムを整えることを主眼とした食育が必要である。

4) 産婦人科医療施設に勤務する助産師の食育・栄養指導は、妊娠時の健康管理のための保健指導と産後の回復と母乳の食事指導が中心であった。食育・栄養指導は他の業務より困難感を感じ、その要因として母親の食事内容の判断方法・栄養指導への継続方法・食育と栄養指導の技術不足・妊産婦からの質問への対応のための知識不足が抽出された。非妊娠時からの食教育が必要であること、育児期までの長期的な視野での指導の必要性への意識は低いこと、妊娠期の栄養への具体的な指導への分かりやすい指導媒体の必要性があった。小児科医療施設の看護師の食育・栄養指導の場面は、健康診断時の子どもの食事、間食、子どもの疾患時の食であった。食育・栄養指導は保護者の関心の低さ、親子双方から聞く情報の齟齬と正確な判断、言葉のみで指導を行う難しさ、乳汁を含めた食品の知識不足、親の質問に対する知識不足が指導に困難感を生じていた。

考察

妊娠期の具体的な食育・栄養指導は育児期に活用できる予期的な内容が必要であること、妊

娠期から育児期に継続した指導が必要であること、生活のリズムを含めた具体的な指導内容が明らかになり、それらを具体的に示す指針案と指導媒体を作成した。

研究成果の概要（英文）：

Purpose : The purpose of this research is to clarify a necessary content of the nutrition education to mother and child during pregnancy through child care period.

Methods : 1) Longitudinal study on nutrition education to women during pregnancy through child care period in obstetrics facilities. 2) Investigation on nutrition education to mothers during child care period in pediatrics facilities. 3) Investigation on nutrition education to mothers who work late at night. 4) Interview investigation concerning nutrition education and nourishment guidance to nurses who work for obstetrics or pediatrics department

Results : 1) Eating behavior was not changed in the middle term of pregnancy compared with before pregnancy, even though the pregnant women recognized the importance and the necessity of the nourishment during pregnancy. In contrast, they thought an improvement of eating behavior in consideration with their fetal growth in the late term of pregnancy. Although they tried to change a part of eating behavior, those were still not sufficient or preferable. Although pregnant women had an interest to the birth and lactation, they didn't think about long-term nourishment through child care period. 2) Mothers had a little interest to their own eating behavior after birth until 4 months. They cooked in consideration with the meal balance only for supper. As to breakfast and lunch, they cooked staple food mostly. There were only 8.0% of mothers who had been cooking both main and side dishes in breakfast and lunch. They felt lots of difficulties to cook weaning foods and required a support to do. 3) Mothers who worked late at night tended to take meal outside and amusement facilities at nighttime frequently with their family compared with the control (i. e., housewives or working daytime). They were anxious about insufficient meal for children and broken daily rhythm and required a support for meal and adjustment of daily rhythm. Lack-of-breakfast rate was not different between groups. The nutrition education in consideration with the life rhythm is necessary for mothers who worked late at night. 4) The nutrition education and nourishment guidance of nurses who worked for obstetrics department was mainly the health care during pregnancy, the recovery support after birth, and the dietary instruction on lactation. They felt difficulties to do it compared with other works. The extracted factors for the difficulties were how to evaluate the meal, how to continue and improve the nourishment guidance, and the limited knowledge of the nutrition education and nourishment guidance, which were not enough to answer the question of pregnant women.

They required a concrete and comprehensible tool for the nutrition education before, during and after pregnancy. The nutrition education and nourishment guidance of nurses who worked for pediatrics department was mainly the meal for children, weaning food, eating between meals at the time of medical check up, and the meal during diseases. The extracted factors for the difficulties were mother's poor interest for the meal, how to evaluate different stories from mother and child, how to educate them only by the words, and mother's limited knowledge of lactation and milk.

Discussion and conclusions : Nutrition education and the nourishment guidance during pregnancy should be concrete and include anticipated content that can be used for the child care period. It should continue during pregnancy through child care period. We revealed a concrete content of nourishment guidance including daily rhythm, and we made a tool for that before, during and after pregnancy, which included how to educate women and mothers.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2007年度	1,500,000	450,000	1,950,000
2008年度	1,000,000	300,000	1,300,000
2009年度	700,000	210,000	910,000
2010年度			
年度			
総計	3,200,000	960,000	4,160,000

研究分野：医歯薬学

科研費の分科・細目：看護学・臨床看護学

キーワード：食育、妊娠、育児、看護、健康教育

1. 研究開始当初の背景

家庭における食育機能の弱体化が問題となっている。成人期の若い女性ではやせ、成人男性では朝食欠食と肥満が問題となり、生活習慣病の増加の発生が問題となっており、健康問題にとって改めて食の大切さが認識されている。多様化する食が我が国の食の混乱をもたらし、食育が注目された。

子どもにとって食は成長発達の要でありながら、取り巻く状況は良好ではない。朝食欠食や食生活の乱れからくる体調不良や便秘、噛まない食事による顎の発達遅延と口腔発達の不良、食を通じたコミュニケーションのできない孤食の増加など、問題は増加している。様々な年代に食育は必要であるが、その中でも身体の健康と社会性の発達の基礎

を作る時代である乳幼児期の食育は大きな問題となっているが、その原動力となる母親たちの“食を営む力”が十分に育つ食育が必要である。しかし母親が育った家庭での食生活が現代の母親に“食を営む力”が十分についているとはいえない。そのために妊娠期から育児期の母親がどのように食生活を営み、食を次世代に伝えていくのか。そして妊娠期から育児期にかけて、母子の健康管理を行う医療施設で働く看護職がどのように支援を行うことが望ましいのかを明らかにする必要がある。

しかし現代の母親の“食を営む力”は十分ではない。育児の負担感や食の悩みは深く、ベビーフードなどの利用率は近年増加している。そこで育児期を視野に入れた食育を妊

妊娠期を行うことで育児負担は減少するのではないか。さらに子どもの食物アレルギーへの対応や食中毒の予防等、新たな健康問題が増加しており、母親の不安への対応や栄養指導など、医療対応を含めた食育を検討していく必要がある。これらを妊娠期から育児期までの一貫した母子への食育の開発が必要である。

2. 研究の目的

医学的・栄養学的な根拠をふまえた、妊産婦と育児期の母子の、妊娠期から育児期の母子への食育の方策、特に看護職の役割を明らかにすることを目的としている。

3. 研究方法

1) 婦人科診療施設における妊娠期から産褥期までの妊婦への食育に関する調査

時期：平成 19 年 1 月～20 年 12 月

対象：関東地方にある総合病院の産婦人科で初産の分娩予定であり、母親学級を受講する妊娠中期の女性 43 名

方法：妊娠中期（妊娠 20～24 週）、妊娠後期（妊娠 32～36 週）、分娩後の 3 時期に、妊娠期の食生活の現状と望む支援、食育の希望に関する半構成的面接調査および質問紙調査を実施した。

2) 小児科診療施設における、育児期の母親に対する食育希望調査

時期：平成 20 年 9 月～平成 21 年 9 月

対象：関東地方にある小児科専門医療施設に 4 ヶ月乳児健康診査に来場した母親 47 名。

方法：育児期の母子の食生活の現状と望む支援、食育の希望に関する半構成面接調査を実施した。

3) 夜間営業施設で活動する母子への食生活および食育支援希望調査

時期：平成 21 年 10 月～11 月

対象：関東地方にある大型ショッピングセンターに来場中の乳児を養育する母親 87 名。

方法：質問紙調査法。会場内に調査の特設会場を設置し、調査協力を申し出た対象者に調査説明と調査用紙を配布、回収を行った。調査時間帯を 17～18 時の比較群と、20～22 時の夜間活動群に分けて質問紙調査を実施した。

4) 産婦人科および小児科医療施設に勤務する看護職の、食育支援に関する調査

時期：平成 22 年 6 月～9 月

対象：関東地方にある総合病院の産婦人科に勤務する助産師 10 名および小児科に勤務する看護師 10 名、計 20 名

方法：各業務における食育・栄養指導の内容や必要な支援に関する半構成面接調査を実施した。

各施設の存在する自治体はいずれも男女

比、出生率、産科医療状況がほぼ同様の地域を選択した。

倫理的配慮については調査前に研究者の所属施設の倫理審査における承認を得た後、各調査施設の倫理審査にて承認を得た。半構成面接はいずれも調査開始時に各施設の責任者より説明の後、研究者より再度説明し、書面をもって同意を得た。調査 4) ではショッピングセンター内で特設調査会場を設置し、調査を希望した参加者に調査内容を説明、同意の上調査を行った。調査結果は連結匿名性とし、個人が特定される結果は、全て倫理委員会で承認を受けた方法で処理した。

4. 研究成果

1) 婦人科診療施設における妊娠期から産褥期までの妊婦への食育に関する調査

妊娠中期では妊娠期の栄養の意義や必要性は理解しているものの、非妊時と栄養摂取状況および食生活の状況は変化していなかった。妊娠後期では胎児の成長を意識した食生活への意識が上昇し、一部食行動が変容していた。妊娠合併症と食事の工夫や食品の安全と妊娠との関係は妊娠中期より妊娠後期で多くあげられるが、分娩後育児期の食については妊娠中期と後期の差はなかった。またスーパーやレストランなど食事の準備や場面別の希望では、利用時の妊婦への安全への配慮や食物・飲料への胎児に影響のない食品などの配慮などがあげられた。配慮希望は妊娠後期に内容が増加した。妊娠中は各期により体調も状況も異なるが、各期に合わせた配慮と支援が必要である。また本人の健康教育だけでなく店舗や食品業界への改善が求められている。しかし自己の現在の体調や胎児の状況だけでなく、育児が始まる前のこの時期は分娩後の母親役割を見越して食教育を行うことのできる時期でもある。これらを踏まえた食教育や方策が必要である。妊娠中の食事に関しては改善が必要と考えるものの、具体的な問題点や改善方法を得る機会がないこと、自分自身の食行動の問題を感じる契機が妊婦健康診査や保健指導に多いことなどが明らかになった。また育児期の食行動への準備は関心を持つ者は少ないが、育児期の調理やベビーフードなどへの不安を持つ。自分自身の健康の状況を知りつつこの時期より育児のための知識を持つような教育を盛り込むことで、妊娠期の食への意識も高まるのではないか。そこで妊婦の健康管理の場である妊婦健康診査を活用し、看護職は医師や管理栄養士と協働し、妊娠期の食育をアセスメントする必要がある。妊娠期の食育セッション案を図1に示した。

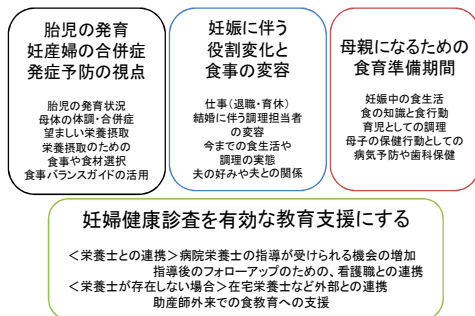


図1 妊娠期の食育アセスメント(案)

2) 小児科診療施設における、育児期の母親に対する食育希望調査

①乳児が4ヶ月児まで育つ期間まで、母親は子供の乳汁栄養に対する、支援が不足したままであった。そのため産婦人科や母乳ケアのできる施設の連携が必要である。②補完食(離乳食)に関する母親の準備状況は母親の経験知の差が大きい。初産婦は事前の準備不足が推測される。補完食への基本的な知識と調理体験、与え方などの教育が必要である。経産婦では、過去の経験を尊重したエモーションナルサポートが重要であり、経験の確認をしながら調理や食材の知識を支援する必要がある。③母親の朝食・昼食・間食は、調理習慣がないことや育児の忙しさの影響で十分な食事が取れず授乳期の栄養の過不足が懸念される。母親への食の指導が子どもの食につながることもあり、母と子の両側面へのアプローチが必要である。特に児の個々の母乳確立状況に応じた指導と、母親自らの食生活の充実として、忙しさの中で必要な栄養が取れるような工夫、特に野菜を摂取する援助ができる方策が必要である。

3) 夜間営業施設で活動する母子への食生活および食育支援希望調査

夜間活動群の母親の特徴として夜の買物や食事・娯楽施設の利用率がが高く、夜間の活動傾向がある。しかし子育てへの不安は強く子どもの生活リズムを整えることに困難を多く感じており、その他育児への不安は比較群に比して多い傾向がみられた。夜間で活動する母子への支援としては、空腹を促す生活リズムの整え方や薬の飲ませ方など、子どもの生活を中心とした子育て支援が必要である。

この母親たちに医療現場で食育・栄養指導を実施する看護職への調査として、4)を行った。

4) 産婦人科および小児科医療施設に勤務する看護職の、食育支援に関する調査

産婦人科医療施設に勤務する助産師の食

育・栄養指導は、妊娠時の健康管理のための保健指導と産後の回復と母乳の食事指導が中心であった。食育・栄養指導は他の業務より困難感を感じ、その要因として母親の食事内容の判断方法・栄養指導への継続方法・食育と栄養指導の技術不足・妊産婦からの質問への対応のための知識不足が抽出された。

小児科医療施設の看護師の食育・栄養指導の場面は、健康診断時の子どもの食事、間食子どもの疾患時の食であった。

以上より、これまでの調査で母親が抱えていた食の問題への対応に看護職も対応し、支援を求めていること、妊娠期から育児期の長期にわたった視点で食育・栄養指導をとらえて食育・栄養指導を行う必要がある。妊娠期には現在の健康管理とともに育児期の準備期間ととらえて予期的な食育をすすめること、育児期は妊娠期や第一子の子育て期間の経験や知識をふまえて個別性を踏まえた段階的な食育をすすめることである。そのため看護職の学習機会への支援が必要である。

以上より、母子の継続的な食育支援を目的とした、指針案と妊娠期から育児期までの母親の食育・栄養指導の具体策をパンフレットとして作成した。

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文] (計2件)

①坂本めぐみ、兼宗美幸、岩岡文絵、幡野久美子、吉岡理恵、中山久美子、松林秀彦、妊娠期から育児期の母子に必要な食育内容の検討 第一報 妊娠中期の妊婦が求める食育内容、第39回日本看護学会論文集 母性看護、査読有、2009、30-32

②坂本めぐみ、妊娠期の女性の食育への関心、母性衛生、査読無、Vol150、137

[学会発表] (計7件)

①坂本めぐみ、兼宗美幸、岩岡文絵、幡野久美子、吉岡理恵、中山久美子、松林秀彦、妊娠期から育児期の母子に必要な食育内容の検討 第一報 妊娠中期の妊婦が求める食育内容、第39回日本看護学会、2008

②坂本めぐみ、妊娠期および育児期の母親が希望する食育内容の検討、第55回日本栄養改善学会学術集会、2008

③坂本めぐみ、妊娠期の女性が希望する食育内容の検討～妊娠中期・後期での比較～、日本健康科学学会第24回学術集会、2008

④坂本めぐみ、兼宗美幸、妊娠中期の妊婦における食生活の現状と食育の希望、第49回日本母性衛生学会学術集会、2008

⑤坂本めぐみ、兼宗美幸、松林秀彦、妊娠期から育児期の母子に必要な食育内容の検討 第一報 妊娠中期の妊婦が求める食育内容、第40回日本看護学会、2009

⑥坂本めぐみ、田中秀朋、子どもの育ちに合わせた母子の食育に関する検討 4か月児の母親への調査より、第19回日本外来小児科学会年次集会、2009

⑦坂本めぐみ、兼宗美幸、工藤里香、育児期の困難感を軽減するための予期的な妊娠期の栄養指導の検討、第24回埼玉県母性衛生学会学術集会

⑧坂本めぐみ、兼宗美幸、工藤里香、妊娠期の女性における食生活の現状 ～調理に注目して～、第51回日本母性衛生学会学術集会、2010

〔図書〕(計 1件)

①坂本めぐみ他、メジカルフレンド社、女性看護学、2008,152-157

〔産業財産権〕

○出願状況 (計0件)

○取得状況 (計0件)

〔その他〕

①産婦人科診療施設食育・栄養指導資料

6. 研究組織

(1) 研究代表者

坂本 めぐみ (SAKAMOTO MEGUMI)
埼玉県立大学・保健医療福祉学部・講師
研究者番号：50279577

(2) 研究分担者

平成19年
林薫 (HAYASHI KAORU)
白梅学園大学・子ども学部・講師
研究者番号：40389854
松林秀彦 (MATSUBAYASHI HIDEHIKO)
東海大学・医学部・准教授
研究者番号：40219465

平成20年、21年
松林秀彦 (MATSUBAYASHI HIDEHIKO)
東海大学・医学部・准教授
研究者番号：40219465

(3) 連携研究者

平成19年
星 永 (HOSHI NAGAE)
埼玉県立大学・保健医療福祉学部・教授
研究者番号：30157002
兼宗 美幸 (KANEMUNE MIYUKI)
埼玉県立大学・保健医療福祉学部・准教授
研究者番号：50214490
工藤 里香 (KUDO RIKA)

埼玉県立大学・保健医療福祉学部・講師
研究者番号：80364032

山本英子 (YAMAMOTO EIKO)
埼玉県立大学・保健医療福祉学部・助教
研究者番号：60448652

平成20年、21年
星 永 (HOSHI NAGAE)
埼玉県立大学・保健医療福祉学部・教授
研究者番号：30157002
兼宗 美幸 (KANEMUNE MIYUKI)
埼玉県立大学・保健医療福祉学部・准教授
研究者番号：50214490
工藤 里香 (KUDO RIKA)
埼玉県立大学・保健医療福祉学部・講師
研究者番号：80364032