

＜ 乳幼児健診を利用した母親の食生活と児の生育に 関連する因子の検討 ＞

研究年度 令和3年度

研究期間 平成31年度～令和2年度

研究代表者名 境田 靖子

共同研究者名 由田 克士、近江 雅代、
山崎 英恵、岩橋 明子

I. はじめに

現在、母子保健法に基づき、市町村への妊娠届出と母子健康手帳の交付および乳幼児健康診査が行われており、母子保健対策は市町村に委ねられているが、これらの乳幼児健康診査のデータを集積かつ分析することにより、実施主体である市町村の母子保健事業の充実を図るだけでなく、新しい知見の発見も期待されている。さらに、平成30年1月厚生労働省「データヘルス改革推進本部」において、データヘルス改革により提供をめざす「8つのサービス」が提案されており、その中に「自身のデータを日常生活改善等につなげるPHRの推進」があり、この方針のもとに「乳幼児期・学童期の健康情報」プロジェクトチームが設置され、現在、乳幼児期、学童期を通じた健康情報の利活用等が進められている。

乳幼児におけるボディマスインデックス(BMI)は、出生から乳児期に急激に増加、その後、緩やかに減少し、5～6歳ごろに最低値をとり、再び上昇する、これをアディポシティ・リバウンド(adiposity rebound、以下AR)という。このARが、早期に起こる者ほど肥満になるリスクが高く、将来、メタボリックシンドローム等を発症するリスクが高くなると言われているが、乳幼児健診のデータでは3歳児までしか追跡できない。

本研究は、大学生の現在の身体状況、食生活状況と出生時の身体状況、および女子大学生の主にやせ思考に関連すると言われているライフスキル(日常生活に生じるさまざまな問題や要求に対して、より建設的かつ効果的に対処するために必要な能力)を把握し、身体状況との関連を検討する。

II. 研究内容

1. 対象：長崎県 A 大学，滋賀県 B 大学，奈良県 C 大学に在籍する栄養系女子大学生 474 名(大学 1 年生～大学院 2 年生)のうち、書面で同意を得られた 146 名(回収率 33.2%)とした。

2. 調査期間・方法：2021 年 6 月から 2021 年 8 月に質問紙調査を実施した。

III. 研究成果

1. 乳幼児期の体型との関連：対象者の BMI を、四分位により 25 パーセントイル未満を低群、25 パーセントイル以上 75 パーセントイル未満を中群、75 パーセントイル以上を高群に分類し、3 群による比較した（解析対象 107 名）。BMI が高群の者は、3 歳児健診時の BMI が高かった。また、BMI の高低に関係なく妊娠前の女性のやせにより出生児が小さくなるということを 8 割以上が理解しており、健康や食事・栄養に関する知識や情報を SNS から得ていると回答した者は 5 割を超えていた。さらに、大学入学後に体重減少した者は低群で 7 割以上いた。

2. ライフスキルと体型の関連：対象者の BMI より、やせ体型かつ「今より痩せたいと考えている」者と普通体型かつ「今のままでよいまたは今より痩せたいと考えている」者を「やせ願望あり」、それ以外を「やせ願望なし」とし 2 群で比較した（解析対象 133 名）。やせ願望あり群は、なし群よりもダイエットのための食事制限の経験、栄養補助食品の摂取が高く、間食摂取理由としてストレス解消と答えた者の割合が高かった。逆に主食・主菜・副菜の 3 つを組み合わせる食べることが 1 日に 2 回以上ある日が週に 5 日～毎日あると答えた者は、やせ願望あり群はなし群よりも低かった。中学生の時に太っていたと答えた者は、やせ願望あり群がやせ願望なし群よりも高かったが、現在のライフスキル得点はやせ願望の有無で差は見られなかった。

IV. おわりに

BMI が高い者は低い者より 3 歳時点の BMI が高く、また現在普通ややせ体型であっても、多くの女性がやせ願望を持っており、中学生や高校生の時の体型認識がやせ願望を持つことに繋がるということが推察された。以上の結果と 3 歳時の体格や食習慣を含む生活習慣が、学童期や成人期まで継続しているという先行研究もあることから、早期からの食や健康管理に対する正しい知識を身に付ける教育が必要である。