

＜若い世代に必要なプレコンセプションケア教育と出産した児の 生育に関する食育内容の検討＞

研究年度 令和 5 年度

研究期間 令和 4 年度～令和 6 年度

研究代表者名 境田 靖子

共同研究者名 由田克土, 近江雅代,
山崎英恵, 岩橋明子

I.はじめに

プレコンセプションケアとは、「妊娠前の女性とカップルに医学的・行動学的・社会的な保健介入を行うこと（WHO）」で、この中に、「適正体重をキープしよう」「アルコールを控える」「バランスのよい食事をこころがける」「食事とサプリメントから葉酸を積極的に摂取しよう」と、栄養・食生活に関する項目が挙げられている。不妊症やハイリスク妊娠の増加等、プレコンセプションケアの欠落が引き起こす問題は、世界中に広がっているが、日本ではさらにセクシュアリティ教育の不十分、ヘルスリテラシーの低さ、ジェンダー格差等も加わり、プレコンセプションケアが遅れているといわれている。加えてわが国は、経済協力開発機構（OECD）加盟国の中でも低出生体重児の出生率が非常に高いという実態がある。低出生体重児の出生要因として、母親のやせや妊娠中の体重増加不足などが指摘されているが、妊孕期にある女性のライフスタイルの乱れや理想とするボディイメージとしての「やせ」志向による非妊時からの不必要なダイエットや妊娠による体重増加を抑えることがその要因の1つと考えられている。我々は、令和4年に、若い女性のやせ願望の要因を検討することを目的とし、女子大学生を対象に現在の食生活と食生活リテラシーの関係について調査した。結果、食生活リテラシーが高い群はソーシャル・ネットワーキング・システム（以下、SNS）をよく利用しており、情報に対する批判的リテラシー能力の向上の必要性が示唆された。

そこで、令和5年は女子大学生を対象に、ボディイメージの形成に影響すると考えられる社会的体格不安とSNSの影響、および食品選択とヘルスリテラシーとの関連や女性の非妊時体格が妊娠・出産とその児に及ぼす影響の認知などを調査した。

II.研究内容

1.対象：対象者は、長崎県内の栄養系の大学に通う学生 148 名、滋賀県内の栄養系の大学に通う学生 266 名、奈良県内の栄養系の大学に通う学生 98 名のうち、質問紙を提出した学生 251 名（回収率 54.3%）とした。

2. 調査期間：令和5年7月3日から7月28日

3.方法：自記式質問紙

III.研究成果

1. 社会的身体不安とリテラシー

回収された調査票に誤記入や欠損があった 40 名を除外した 211 名を解析対象とした（有効回答率 45.7%）。社会的体格不安の高群と低群の 2 群間で比較をした。

社会的体格不安高群は、自身の体型認識について高校生の頃から「太い」と認識しており、実際の現在の BMI が適正範囲にあるにも関わらず、太っていると思ひ込むという体型認識の歪みが生じていた。さらに、スマートフォンの利用時間は高群の方が高い傾向にあったが、SNS の各アプリケーションの利用状況に 2 群間で差は見られなかった。また、高群は食生活リテラシーが低く、食生活に影響を与えている情報源として「友人・知人」と回答した者が多かったことから、「他者との比較」による体型認識の歪みの可能性が考えられ、早期からのプレコンセプション教育の必要性が感じられる結果であった。

2.妊娠・出産・育児に対する考え

令和4年度の調査結果について、第82回日本公衆衛生学会総会で発表した。