

乳幼児の食事についての母親の不安や疑問に関する実情と 栄養士の介入の意義について

The Actual Situation Regarding Mother's Anxiety and Questions about Meals for Infants and the Meaning of Significance Dietitian's Involvement

熊崎 稔子 Toshiko Kumazaki
(愛知学泉短期大学食物栄養学科)

山本 友香 Yuka Yamamoto
(コープあいち)

抄 録

豊橋市の子育て支援の一環として開催している子育てサークルへ、栄養士・管理栄養士の巡回栄養相談を実施した。子育てサークルに参加した乳幼児およびその保護者を対象として、能動的な栄養相談や栄養士からの言葉がけによる授乳、離乳食などについての不安や疑問を調査した。その結果、乳幼児の食事の悩みは5か月未満児から12～18か月児にかけて増加し、12～18か月児の相談が多いことが示された。保護者から個々に相談を受けることで、「授乳・離乳の支援ガイド」で解消されない疑問が多数存在していた。今回の巡回栄養相談は、子育てサークルの運営サポーターからも高評価であり、栄養士・管理栄養士が訪問し、専門的な立場から栄養相談を行うことは、育児不安の軽減につながる事が考えられた。

キーワード

管理栄養士 Registered dietitian、栄養士 Dietitian、栄養相談 Feeding trouble、離乳食 Solid food、乳幼児 Preschool children

目 次

- 1 緒言
- 2 方法
- 3 結果および考察
- 4 結論

1 緒言

平成27年に実施された乳幼児栄養調査¹⁾において、乳幼児の「授乳について困ったこと」という質問に対して「困ったことがある」と回答する割合は77.8%あり、「離乳食で困ったこと」という質問に対しては「特にない」と回答する割合は25.9%であり、約75%の保護者は、何らかの困りごとを抱えていることが示された。そして2～6歳児の保護者に対する「現在子どもの食事で困っていること」では「特にない」と回答した者の割合が高かった5歳以上においても、22.5%であり、約8割の保護者が子どもの食事について困りごとを抱えている。このように、

子育てをしている大多数の保護者は、乳幼児の食事において、何らかの困りごとを抱えていることになる。乳幼児の食事の指針として、厚生労働省の「授乳・離乳の支援ガイド」や母子健康手帳などがあるが、保護者の困りごとや不安などを解消することは困難な状態にある。

豊橋市においては、子育て支援の一環として「こここサークル」（以下、サークルと略す）という子育てをしている保護者（主として母親）の交流の場を、市内の地区市民館や校区市民館を会場として提供している。そのサークルにおいても、乳幼児の食事に関する不安や疑問の声が多数あることから、豊

橋市保健所こども保健課の管理栄養士が巡回していた。しかし、さらなる支援が必要となったことから、コープあいちの栄養士・管理栄養士（以下、栄養士と略す）の巡回栄養相談（以下、栄養相談と略す）を試みるようになった。

そこで、本研究では平成 29 年度に実施した栄養相談における母親の疑問や不安についてまとめるとともに、サークルの運営サポーターによる栄養相談についての良否、相談の様子などのアンケートを実施し、今後の栄養相談の対応を検討することとした。

2 方法

2.1 対象

対象者は平成 29 年 4 月から平成 30 年 3 月に豊橋市内 37 会場 626 回開催されたサークルのうち、37 会場 47 回巡回した際の、乳幼児およびその保護者とした。市内で開催されているすべての会場を 1 年間で 1 回以上巡回することとした。

2.2 聞き取り調査の方法

サークル会場に栄養士が訪問することを事前にチラシで案内するとともに、サークル開催当日は口頭およびプレートで参加者に知らせ、自由相談とした。保護者からの能動的な相談が無い場合は、無作為に栄養士から、「お子様の食事について心配なことはありませんか」と尋ね、困りごとのある子供の年齢と困りごとを調査した。

サークルの開催時間は、10 時から 11 時 30 分（会場によって若干の違い有り）であったが、玩具の片付けとサークルスタッフによる手遊び等の時間があるため、1 会場の栄養相談は 10 時から 11 時 15 分までの 75 分間であった。

2.3 サークルの運営サポーターのアンケート調査

平成 30 年 1～3 月に、栄養相談が終了した会場から、巡回訪問の良否、相談の様子、来年度の巡回訪問回数等の要望について、豊橋市こども未来部こども未来館がサークルの運営サポーターにアンケートを実施した。

2.4 集計方法

聞き取り調査では、本研究の対象児を「授乳・離乳の支援ガイド」²⁾と稲葉ら³⁾の区分を参考に「5 か月未満」「5・6 か月」「7・8 か月」「9～11 か月」「12～18 か月」「1 歳 7 か月～2 歳未満」「2 歳」「3

歳以上」に区分した。この区分ごとに相談者数、相談件数を集計し、さらに相談内容を分類した。

サークルの運営サポーターのアンケートは、単純集計とした。

2.5 倫理的配慮

本研究はあらかじめ研究を目的に巡回栄養相談をしたものではないため、保護者の同意を得ていないが、個人を特定できないこと、相談者に不利益がないこと、データのプライバシー保護を厳守することを条件として、相談内容の使用を豊橋市保健所長の許可（30 豊保こ第 171 号）を得ている。

3 結果および考察

3.1 巡回栄養相談

巡回訪問栄養相談の対象者は表 1 のとおりである。そのうち、栄養相談を実施した相談者数と相談件数を月齢・年齢別に示したものが図 1 である。なお相

表 1 巡回栄養相談の対象者

保護者 (人)	子ども (人)				
	総数	0 歳	1 歳	2 歳	3 歳以上
399	468	154	165	106	43

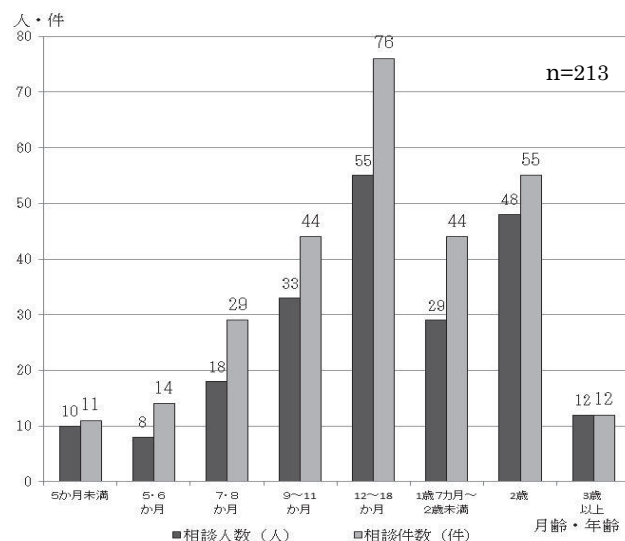


図 1 月齢・年齢別栄養相談人数と相談件数

談者数はすべての月齢・年齢で 213 名（栄養相談実施率 53%）であり、相談件数はすべての月齢・年齢で 285 件であった。サークルへは多くの親子が参加している（親子 10,656 人／平成 29 年）が、栄養士の人数、相談時間が限られているため、今回は 213

名の保護者への調査となった。きっかけは一つの相談であるが、調査をしているうちに、複数の相談に発展し、一人の保護者に対して複数の相談内容となった。

相談件数は5カ月未満から12～18か月にかけて増加し、特に12～18か月の区分において、相談者数、相談件数ともに高い結果であった。これは石崎ら⁴⁾の授乳や食事の不安は、4～6か月から1歳にかけて多いという報告と同様の結果であった。

3.2 月齢・年齢別の栄養相談の内容

相談内容を月齢・年齢別に表2に示した。

相談内容は、稲葉ら³⁾のまとめ方を基に、「食事バランス」「食事量」「離乳食・幼児食」「疾病・発育」「食べ方」「授乳」「咀嚼・嚥下」「食具」の8分野に分けた。その結果、食事バランスに関する内容が74件（26%）と最も高く、中でも偏食の相談が多かった。幼児の偏食は野菜嫌いが多い⁵⁾が、野菜だけでなく、ご飯、肉などを食べないなど、偏食の内容も

表2 月齢・年齢別栄養相談の内容

相談内容		5か月未満	5・6か月	7・8か月	9～11か月	12～18か月	1歳7か月～2歳未満	2歳	3歳以上	小計	合計
食事 バランス	偏食	2	1	2	8	14	11	17	4	59	74 (26%)
	フォローアップミルクの用い方				2	4		1		7	
	水分補給	1	2	1						4	
	おやつ				1	2	1			4	
食事量	食べない・食べなくなった	1	2	2	3	5	4	9	4	30	70 (25%)
	食べすぎ			3	2	5	4	7		21	
	適当な量			4	5	8	2			19	
離乳食・ 幼児食	調理方法が分からない	1	3	3	6	4	3	2	2	24	61 (21%)
	食べさせてよい食品		1	1	1	6	3	4	1	17	
	味付け				2	3	2			7	
	食べ方						2	1		3	
	離乳食の開始時期	3								3	
	離乳食回数			2						2	
	離乳食すすめかた		1	1						2	
	離乳食の時間		2							2	
疾病・ 発育	離乳食の完了				1					1	38 (13%)
	アレルギー	1		1	2	8	3	1	1	17	
	体重増えない	1	1	1	3	3	2	1		12	
	軟便・下痢・便秘			1	1	2	2			6	
	便に食べた食品が残る						1			1	
	貧血					1				1	
食べ方	成長曲線下回る						1			1	19 (7%)
	食べムラ			1	1	2		7		11	
	遊び食べ				1	3		1		5	
	口に入れ過ぎ						1			1	
	手づかみ食べ				1					1	
授乳	食べるリズムがない						1			1	14 (5%)
	卒乳時期			4	3	2				9	
	授乳回数		1			1				2	
	母乳について			1						1	
	母乳を飲まない	1								1	
咀嚼・ 嚥下	夜間授乳の良否					1				1	3 (1%)
	かまない					1		1		2	
食具	飲み込めない					1				1	3 (1%)
	箸・盛り付け			1				2		3	
その他											3 (1%)
	おしゃぶりの良否				1			1		2	
合計相談件数	利き手矯正の良否						1			1	285 (100%)
		11 (4%)	14 (5%)	29 (10%)	44 (15%)	78 (27%)	44 (15%)	55 (20%)	12 (4%)	285 (100%)	

様々であった。次いで食事量に関する内容が 70 件 (25%) であったが、保護者の心配ごとには子供が食べないことと逆に食べ過ぎることである。食べないことは栄養摂取が不十分であり、子供の発育への影響を心配している。また、食べ過ぎることは肥満を心配している。「授乳・離乳の支援ガイド」²⁾に月齢ごとに食品の目安量が示されているが、自身の子供の食欲と目安量に差があることに保護者の不安が募ることが推察された。そのため、子供の成長の状況、食欲を踏まえて指導する必要性が感じられた。そのような観点で応答をすることで、子供の食事の適量に対する相談にも対応可能になることが考えられた。

離乳食・幼児食の中では、調理方法に関する相談が多くみられた。聞き取り調査による具体的な相談内容には、魚を食べさせたいが調理方法が分からない、ちょうどよい固さが分からないなど、個別の対応を要する内容であった。食べさせてよい食品についての質問についても、個別の対応を要する内容であった。離乳食についての相談では、相談件数は少ないものの、離乳食をすすめている途中で体調を崩した場合の対応、そして体調が回復した場合の離乳食の再開の仕方についての相談があり、特別な配慮を必要とする際の対応について、正確な知識で回答する必要があることが感じられた。これは育児不安を解消する上で重要なことであると考えられた。

疾病・発育では、アレルギーに関する相談が多かった。特に与える食物が増えていく 12～18 か月に多いことが特徴的であった。また、体重が増えない、成長曲線を下回っているがどうしたらよいか、という成長に関する不安も多い傾向であった。

授乳については、卒乳時期について 7・8 か月から 12～18 か月に相談が集中しており、母親の復職や 1 歳を区切りにしたいという傾向であった。母乳は自然の卒乳が望ましいと言われている⁶⁾が、保護者の仕事の都合もあるため、保護者の考えを聞きながら、子供の離乳食の進み具合を基に、納得のいく卒乳を迎えられる支援も栄養相談として、重要な位置づけになるものと考えられた。

3.3 サークルの運営サポーターのアンケート結果

サークルの運営サポーターのアンケートは、37 会場のうち、18 会場 (回収率 49%)、26 名の回収であった。

栄養士の栄養相談についての良否の結果を図 2 に

示した。

栄養士による栄養相談は、良いという回答が 100%であり、否定的な回答はなかった。また自由記述において「専門家が来てくれて気軽に話ができる良い機会である」という意見もみられた。

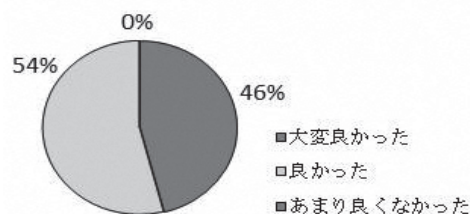


図 2 栄養士による栄養相談の良否

次に保護者の相談状況 (図 3) では、能動的な栄養相談がない場合は、栄養士からアクションを起こしたため、栄養相談はできていたと思われる。そして否定的な回答はなかった。

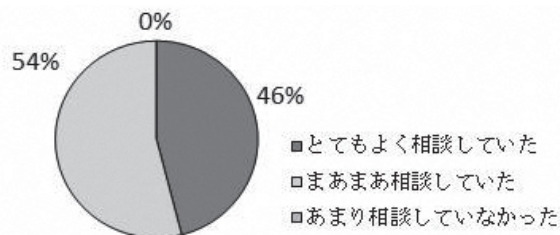


図 3 保護者の相談状況

今年度の栄養相談の状況を見て、来年度の巡回回数については (図 4)、今年と同じように 1 年に 1 回の希望が約 60%であったが、増やしてほしいという要望も約 40%みられた。

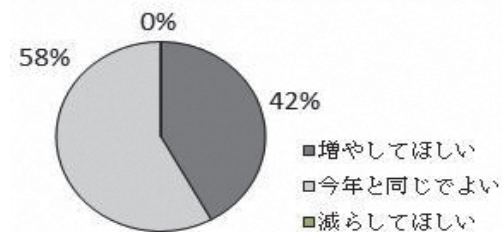


図 4 来年度の巡回回数希望

栄養士の栄養相談は、1 年にたった 1 回の巡回であっても、サークルの運営スタッフに受け入れられており、子供の食事に関する不安や疑問の解決の糸口となる存在であると考えられた。

4 結論

子育てサークルの会場に、栄養士による巡回栄養相談を実施し、乳幼児の保護者は乳幼児の食事について、何らかの不安があり、疑問を持っていることを再認識することとなった。月齢が上がるごとに相談件数が多くなり、その相談内容も多岐にわたっていた。特に偏食に関することが多く、次いで食事を食べないことであった。乳幼児の栄養相談は、個別の指導や支援の必要が高いことが感じられたが、どのような相談内容であってもエビデンスに基づいた応答をすることが重要である。

また、サークル運営のサポーターからの期待度が高いことも伺え、巡回栄養相談も子育て支援になりうることが示唆された。

（原稿受理年月日 2018 年 12 月 5 日）

謝辞

本研究を進めるにあたり、事業の実施において、ご尽力いただきました豊橋市保健所の安田恵様、栄養相談の担当としてコープあいちの伊藤直子様、出口和子様、林加根子様、山田晶子様、山本紀子様、アンケートの実施として豊橋市役所こども未来部こども未来館の元吉レイ子様、子育てプラザのスタッフの皆様、データ入力として本学の斧淵郁美研究補助員に深謝いたします。

引用文献

- 1) 厚生労働省ホームページ：平成 27 年度 乳幼児栄養調査結果の概要、
<https://www.nhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000134208.html>（2018/11/30 アクセス）
- 2) 授乳・離乳の支援ガイド：厚生労働省（2007）
- 3) 稲葉佳代子、内山麻子、栗本公恵：乳幼児の食の問題に関する研究（1）－近年の乳幼児栄養相談等に見られる食の訴えとその対応方法－，小田原短期大学研究紀要、第 46 号，1～15（2016）
- 4) 石崎優子、梶原祥子、河野裕子他：都市部の育児相談を利用する母親の相談内容と健康意識，小児保健研，58，726－730（1999）
- 5) e-Stat 政府統計の窓口：平成 7 年度 乳幼児栄養調査結果報告，
<https://www.e-stat.go.jp/stat-search/files?page=1&layout=datalist&toukei=00450271&tstat=000001024531&cycle=8&year=19951&month=0&tclass1=000001033625>（2018/11/30 アクセス）
- 6) 堤ちはる，土井正子：子育て・子育てを支援する 子どもの食と栄養，萌文書林，p97（2011）