

ラジオNIKKEI ■ 放送 毎週水曜日 21:00～21:15

小児科診療 UP-to-DATE

2017年7月26日放送

乳幼児栄養調査の目的と利用法

青森県立保健大学大学院 保健・医療・福祉政策システム領域
教授 吉池 信男

厚生労働省が10年に一度実施している乳幼児栄養調査について、目的と方法、結果の概要とその利用法について解説します。

<調査の概要>

この調査の最も大きな特徴は、わが国の乳幼児全体の姿を明らかにするために、全国から無作為に選び出した標本に対する調査であるということです。その目的は、栄養方法や食事の状況などの実態を把握し、授乳・離乳の支援、乳幼児の食生活改善のための基礎資料を得ることです。昭和60年(1985年)度以降、10年ごとに厚生労働省が実施し、平成27年(2015年)度の調査が4回目となります。

なお、乳幼児を対象として厚生労働省が実施する調査としては、「乳幼児身体発育調査」が、昭和35年(1960年)以降10年ごとに実施されており、これら2つの調査が5年ごとに実施されていることとなります。

<平成27年度調査の内容>

- ① 調査対象は、厚生労働省が行う国民生活基礎調査において無作為に選ばれた1,106地区内の世帯のうち、平成27年5月末に6歳未満の子どものいる世帯とその子どもとなっています。前回の調査までは0～4歳児が対象でしたが、未就学児全体をカバーするという趣旨で、今回からは対象年齢が拡大されました。

- ② 調査項目は、乳児期の栄養方法として、授乳や離乳食の状況。幼児期の子どもの食事や間食のとり方、母親の母乳育児に関する認識。妊娠中・出産後の授乳の指導や支援状況、子どもの食事に関する保護者の困りごと。子どもの生活習慣として、起床・就寝時刻、共食の状況、朝食習慣、運動と身体活動の状況、テレビの視聴時間やゲーム機・タブレットなどの使用時間。子どもの健康状態として、肥満度、むし歯の状況、排便の状況。保護者の生活習慣として、起床・就寝時刻、朝食習慣。子どもの食物アレルギーの状況として、食物除去・食事制限などの対応。さらに、社会経済的な要因として、経済的な暮らし向き、生活の中の時間的なゆとり、総合的な暮らしを尋ねています。
- ③ 調査の時期と実施方法は、平成 27 年 9 月に、調査員が対象世帯を訪問し、母親などの養育者に調査票の記入を依頼します。「2 歳未満」と「2 歳以上 6 歳未満」の 2 種類の調査票を用い、乳児期の栄養法など、年齢が経ってから過去を振り返って回答することが難しい事項は 2 歳未満に対してのみ、幼児期に特徴的な食習慣などについては、2 歳児以上の方に質問されました。
- ④ 調査対象者数としては、2,992 世帯から調査協力が得られ、最終的に、6 歳未満の子ども 3,871 名が集計対象となりました。

<主な結果>

乳児期の栄養方法と離乳食の状況

母乳栄養の推移に関しては、母乳栄養の割合が前回調査より、生後 1 か月、3 か月ともに増加し、それぞれ 51.3%、54.7%でした。なお、平成 22 年乳幼児身体発育調査では、「1～2 月未満」の母乳栄養の割合は 51.6%（平成 12 年では 44.8%）、「3～4 月未満」では 56.8%（同 38.4%）でした。これらを総合して考えると、平成 17 年から平成 22 年の 5 年間で母乳栄養が進んだと考えられます。このことは、平成 19 年に「授乳・離乳の支援ガイド」が策定され、それを踏まえた様々な取組の成果ではないかと考えられます。

離乳食の開始時期に関しては、昭和 60 年から 30 年間に離乳食の開始時期はかなり遅くなっています。昭和 60 年では、4 か月が最も多く 34.9%でしたが、平成 7 年では 5 か月が最多で 43.5%、今回の平成 27 年調査では、6 か月が最多となり 44.9%となりました。特にこの 10 年間では、離乳食の開始時期が、平成 7 年に出された改定「離乳の基本」における「生後 5 か月になった頃」から、平成 19 年に出された「授乳・離乳の支援ガイド」における「生後 5、6 か月頃」に改められたことの影響が大きかったと考えられます。

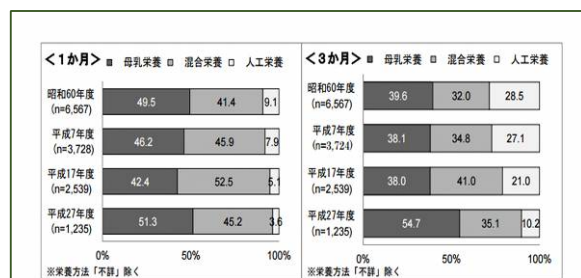


図1 授乳期の栄養方法（1か月、3か月）の推移

注：昭和60年度・平成7年度・平成17年度は0～4歳に対して、平成27年度は0～2歳未満に対して質問された。

身体活動の状況

本調査では、2～6歳児の保護者に、「1日に平均で体を動かしている時間」を平日・休日別に尋ねています。文部科学省の幼児期運動指針では、「毎日、合計60分以上」と提唱しているので、それに合わせて「1時間以上」の割合を平日、休日別に求めると、それぞれ78.4%、64.2%でした。

また、身体不活発の大きな要因として、テレビやビデオを見る時間、ゲーム機やタブレットなどを使用する時間が尋ねられました。その結果、休日では3～4時間が34.6%、5時間以上が5.5%と、平日よりもかなり高い割合となっており、身体活動量が休日で平日よりも低い理由の一つと考えられました。

食物アレルギーに関する状況

0～6歳児の保護者からの回答のうち、「食物アレルギーの原因（と思われる）食物を食べないように除去したり、制限したりしたことがあった」というケースは、現在が11.5%、過去のみが12.1%であり、これらのうち「食事制限や食物除去を、医師の指示で行った」というケースは46%に留まっていました。また、何を頼りに食事制限や食物除去を行ったかについては、医師の52.9%に次いで、インターネットや育児雑誌・書籍が33.3%でした。さらに、過去に食事制限や食物除去を行い、現在はしていない者のうち、「医師の指示」によって解除した者は39%に過ぎませんでした。保育所などにおける食物アレルギー児への給食については、現在は保育所におけるアレルギー対応ガイドラインなどにより、医師の診断・指示が基本となっていますが、近い過去の状況を含めるとそうでは無いケースも多いことがわかりました。

表1 離乳食の開始時期の推移

時期	昭和60年	平成7年	平成17年*	平成27年*
3か月未満	1.3	0.6	0.4	1.3
3か月	10.8	7.0	4.2	0.0
4か月	34.9	25.0	10.9	0.8
5か月	32.3	43.5	47.5	40.7
6か月	15.5	18.4	28.6	44.9
7か月以降	5.2	5.4	8.3	12.3

注）*離乳食を開始していない場合および「不詳」を除く。
平成17年度までは0～4歳に対して、平成27年度は0～2歳未満に対して質問された。

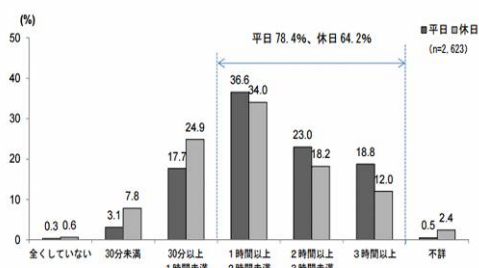


図2 1日に平均で体を動かしている時間*（平日・休日）
回答者：2～6歳児の保護者

注）*全身を使った遊び・運動（鬼ごっこ、かくれんぼ、ボール遊び、すべり台、砂遊びなど）、過園時の歩行や散歩など

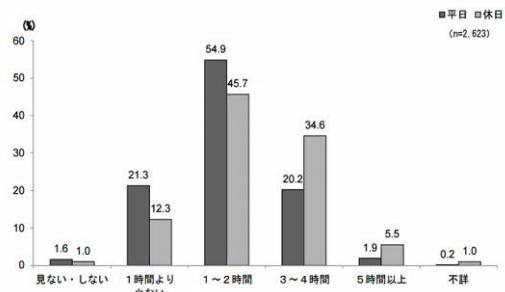


図3 1日に平均でテレビやビデオを見る時間、ゲーム機やタブレットなどを使用する時間（平日、休日）
回答者：2～6歳児の保護者

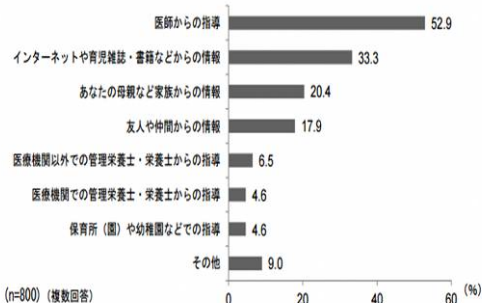


図4 具体的な食事制限や食物除去の拠り所
現在あるいは過去に食事制限や食物除去を行ったことがあると回答した者

社会経済的要因に関わるデータ

今回の調査では、社会経済的な指標として、世帯収入などを直接的に聞くのではなく、主観的・定性的な「ゆとり感」として、経済的な暮らし向き、生活の中の時間、総合的な暮らしの3項目について質問されました。そして、これらにより区分された状況と、乳児期の栄養法、幼児期の主要食物の摂取頻度との関連が解析されました。その結果、乳児期の栄養法、すなわち、母乳・混合・人工栄養の別との関連はほとんどみられませんでした。一方、主要食物の摂取頻度は、経済的な暮らし向きとの間で多くの関連がみられました。具体的には、魚、大豆・大豆製品、野菜、果物は、経済的な暮らし向きが「ゆとりあり」で摂取頻度が高い傾向がみられ、菓子（菓子パン含む）、インスタントラーメンやカップ麺は、「ゆとりなし」で摂取頻度が高い傾向がみられました。

<本調査の結果の活用>

今回解説したように、本調査のデータは、わが国における母乳栄養や離乳食開始の実態を把握し、その推移を示すために不可欠なものです。このように長年の推移を見てみると、新しい指針や推奨、それらに関わる普及啓発のための取組の効果を知ることができるのです。また、今回、結果の紹介はしませんでした。子どもの食事に関する保護者の困りごとを知ることは、保健・医療の現場で、保護者への支援や指導を行う上で有用です。昨今、子どもの貧困が大きな社会問題として注目されています。経済的なゆとりに乏しい家庭では、魚、野菜、果物など栄養学的に大切な食物の摂取頻度が低く、逆に菓子やカップ麺などの頻度が高いことが明らかとなり、食育の取組に際しては、単に教育のみではなく、家庭の背景も考慮する必要があると考えられます。

また、現在、国が進めている健やか親子21、食育推進基本計画、アレルギー疾患対策基本法、子供の貧困対策などに関わるさまざまな施策においても、本調査結果はさらに活用されていくことでしょう。

「小児科診療 UP-to-DATE」

<http://medical.radionikkei.jp/uptodate/>