

# 栄養分野の 保健指導のポイント

# 目次

1. 基本理念 3
2. 栄養学から見た乳幼児健診における  
母子保健指導(市町村調査結果から) 4~10
3. 乳幼児期の栄養担当者の視点による  
母子の心配事とそのフォロー 11~19
4. 標準的なモデル作成のための論点 20~32  
「栄養指導・食育の他機関との連携のポイント」  
(市町村調査結果から)

# 乳幼児健診の標準的な保健指導

## 標準的な保健指導の基本理念

- 1) 親子の顕在的および潜在的健康課題を明確化し、その健康課題の解決に向けて親子が主体的に取り組むことができるように支援すること
- 2) 全国どこの市町村でも、健診従事者が多職種間で情報を共有し、連携して保健指導を実施することで、全ての親子に必要な支援が行き届くことを保障するもの

(標準的な乳幼児期の健康診査と保健指導に関する手引き ～「健やか親子21(第2次)」の達成に向けて～)

# 栄養学から見た乳幼児健診における 母子保健指導（市町村調査結果から）

「健やか親子21」の次期計画を視野に入れ、乳幼児の栄養指導と評価方法、市区町村及び都道府県の役割分担について、各自治体の実情を踏まえ、**手引書等にまとめ具体的な方向性を示すことを最終目的としている。**

## ●全国市区町村が実施している 乳幼児期の健診における栄養指導の調査

- 1) 実施状況・指導内容（量的研究）
- 2) 心配事・フォローに関する内容（質的研究）

# 乳幼児健診の栄養指導の実施状況・指導内容の調査

対象：全国1741市区町村の母子保健事業の栄養担当者  
解析対象は840市区町村

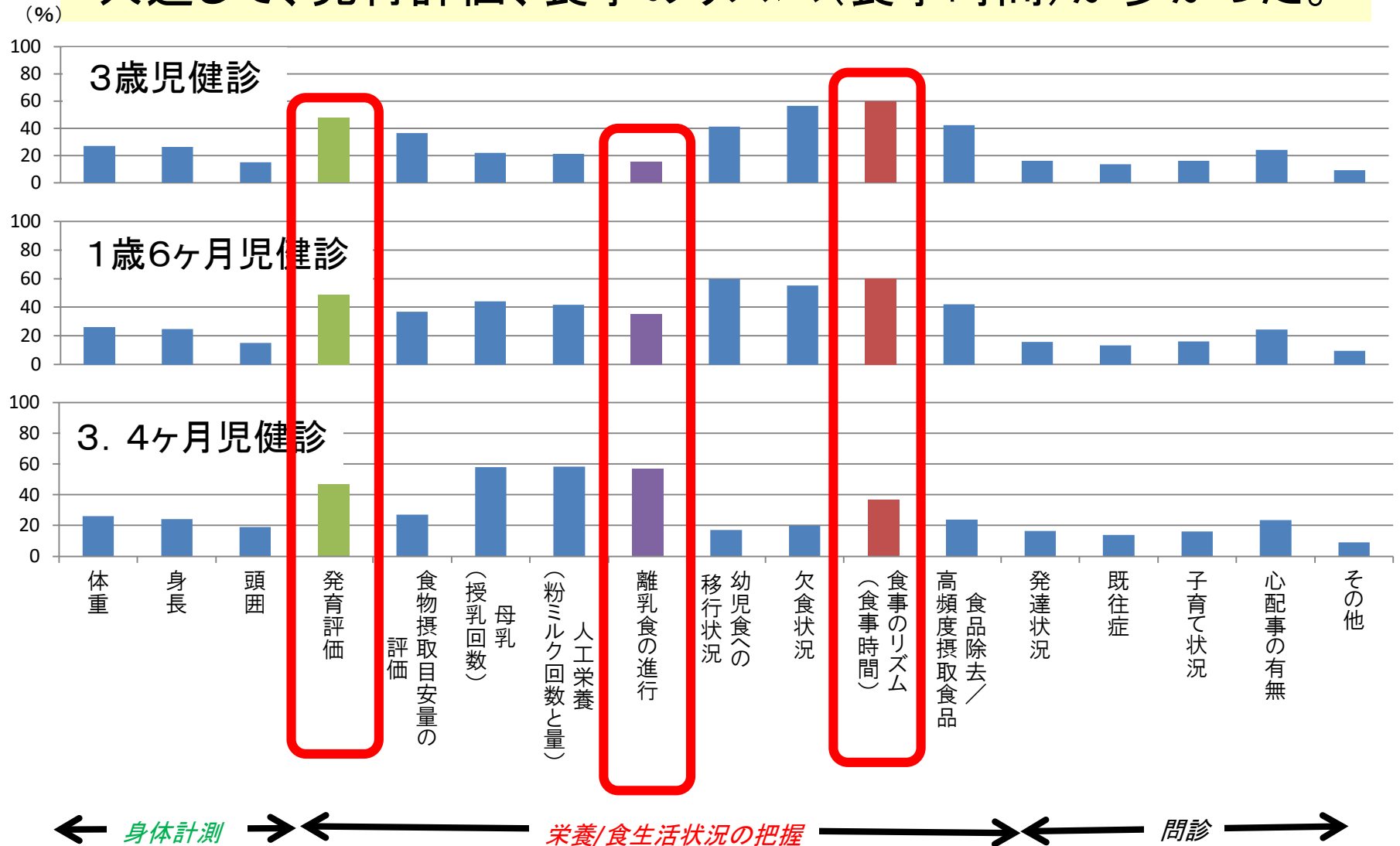
方法：平成25年1～3月インターネット調査  
（回答に不備があった場合は、  
郵送法により再度質問紙調査を実施）

調査項目：乳幼児健診時における栄養指導担当者の業務、  
栄養指導内容等

（衛藤久美 他，全国市区町村における乳幼児期を対象とした栄養指導の実施状況および指導内容の実態，厚生省の指標2017）

# 乳幼児健診において栄養指導担当者が関わる業務

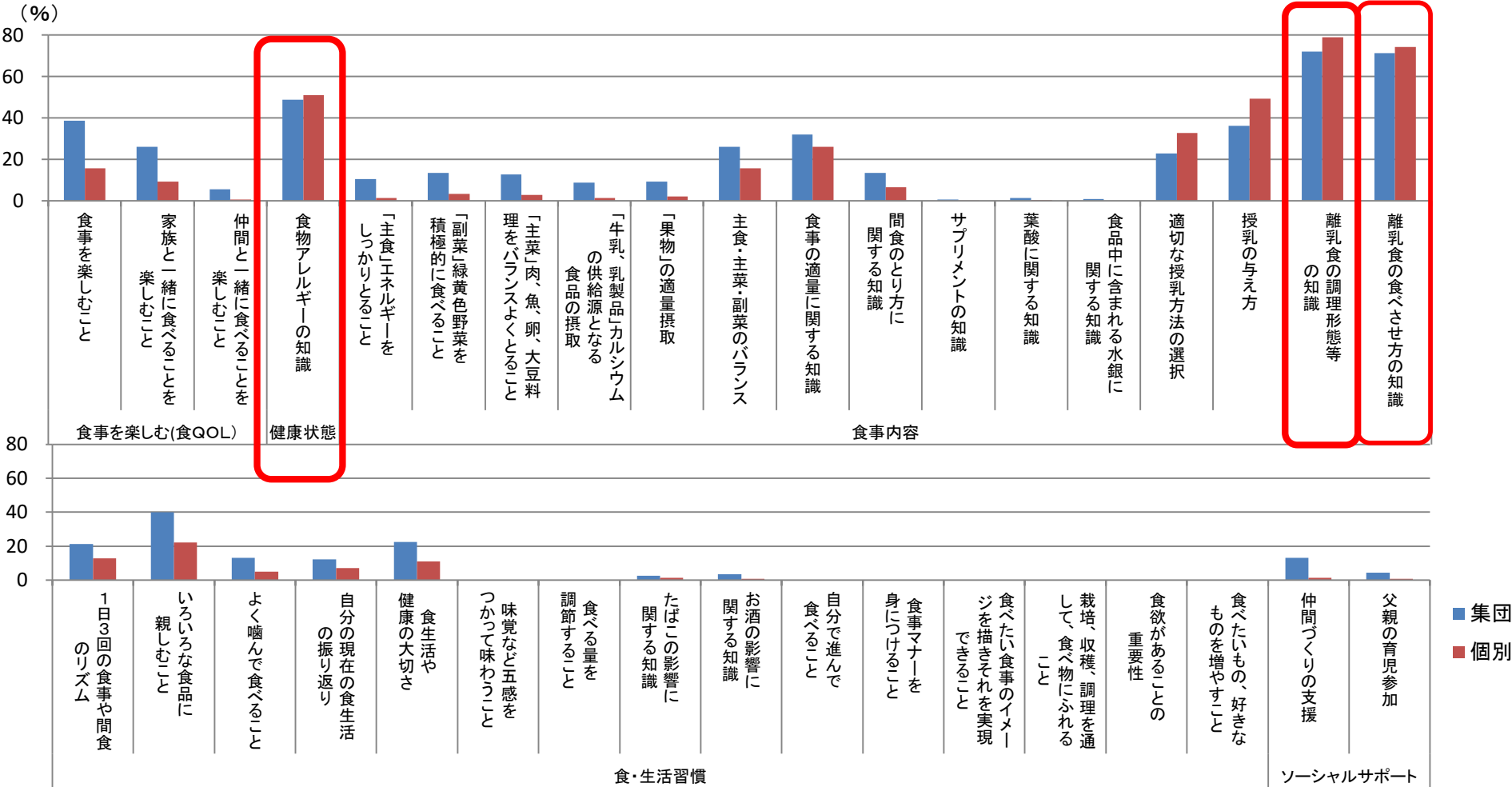
共通して、発育評価、食事のリズム(食事時間)が多かった。



(衛藤久美 他, 全国市区町村における乳幼児期を対象とした栄養指導の実施状況および指導内容の実態, 厚生労働省 2017)

# 3, 4か月児健診における栄養指導の実施及び指導内容

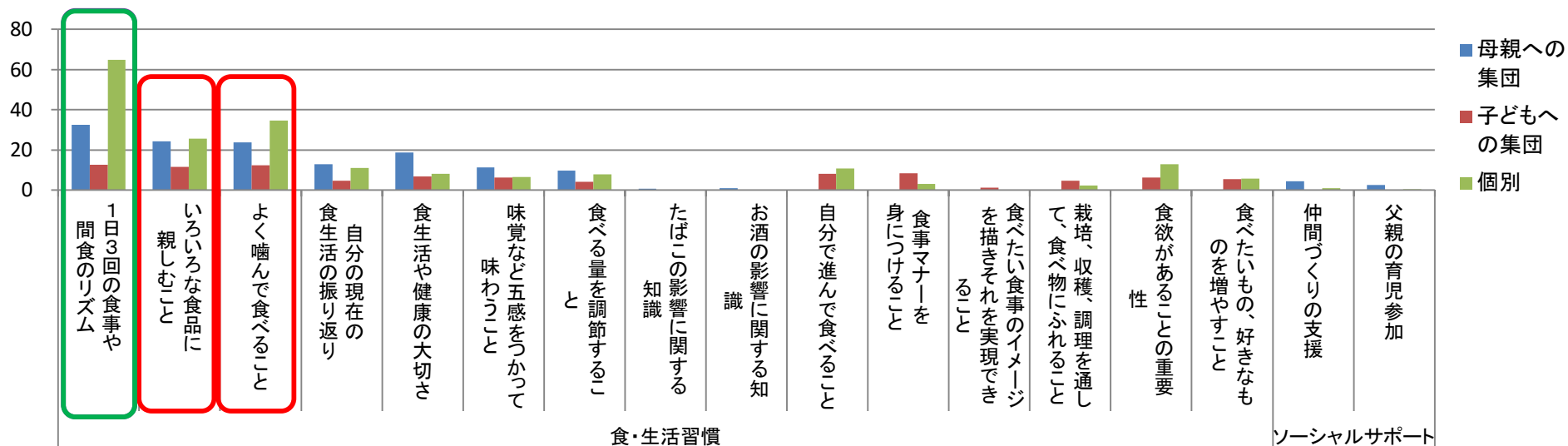
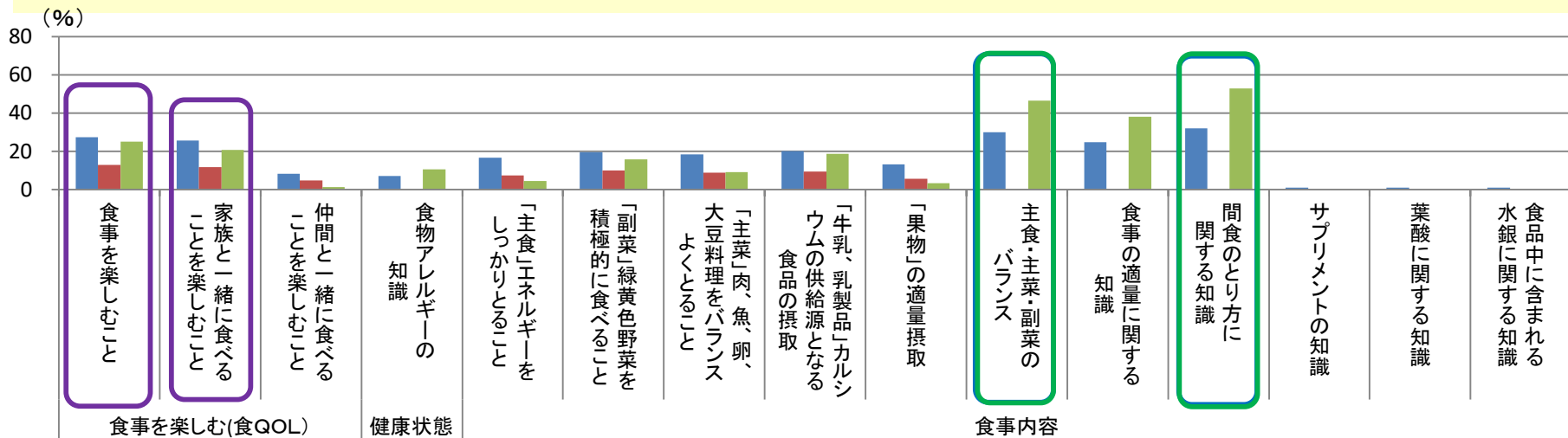
集団指導、個別指導に共通して、「離乳食の調理形態等の知識」、「離乳食の食べさせ方の知識」、「食物アレルギーの知識」が多かった。



(衛藤久美 他, 全国市区町村における乳幼児期を対象とした栄養指導の実施状況および指導内容の実態, 厚生労働省 2017)

# 1歳6か月児健診における栄養指導の実施及び指導内容

1歳6か月児健診では、母親への集団指導、子どもへの集団指導、個別指導に共通して、「1日3回の食事や間食のリズム」が多かった。

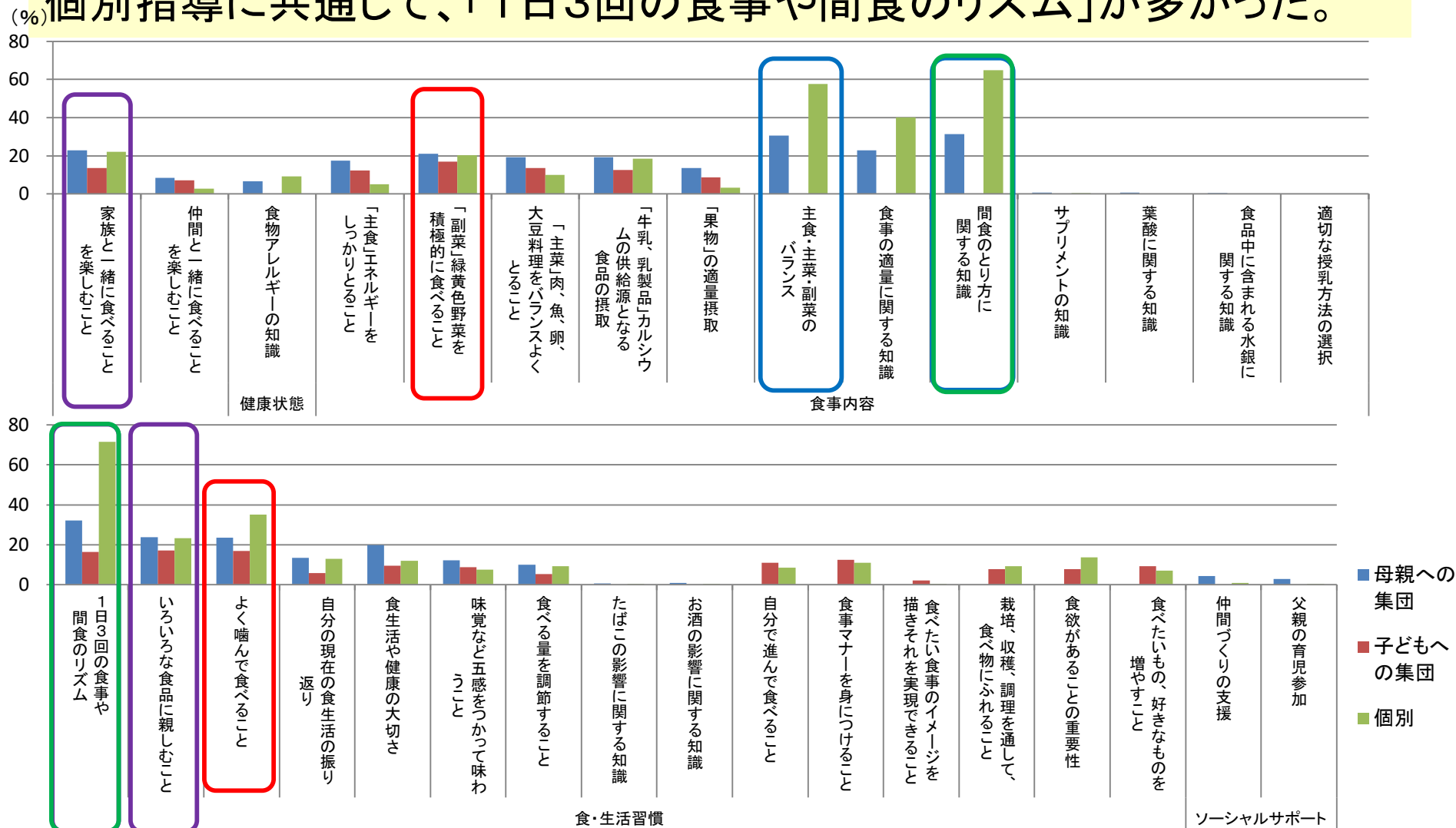


(衛藤久美 他, 全国市区町村における乳幼児期を対象とした栄養指導の実施状況および指導内容の実態, 厚生省の指標2017)



# 3歳児健診における栄養指導の実施方法及び指導内容

3歳児健診においても、母親への集団指導、子どもへの集団指導、個別指導に共通して、「1日3回の食事や間食のリズム」が多かった。



(衛藤久美ら, 全国市区町村における乳幼児期を対象とした栄養指導の実施状況および指導内容の実態, 厚生労働省 2017)

## 栄養指導で多く取り上げられる内容(まとめ)

### ✓乳児期(3,4か月児健診)

⇒離乳食、食物アレルギー、授乳

### ✓幼児期(1歳6か月児、3歳児健診)

◆集団・個別指導⇒食事・間食のリズム

◆集団指導⇒食事を楽しむこと、  
色々な食品に親しむこと

◆個別指導⇒間食のとり方、  
主食・主菜・副菜のバランス、食事の適量

乳幼児健診の栄養指導は国のガイドラインに基づいた内容が実施されていることが確認された。

# 乳幼児期の栄養担当者の視点による 母子の心配事・フォロー

対象：全国1741市区町村の母子保健事業の栄養担当者  
解析対象：980市区町村

方法：平成25年1～3月インターネット調査  
（回答に不備があった場合は、  
郵送法により再度質問紙調査を実施）

調査項目：栄養担当者の視点からみた母子（乳幼児期）に  
関する心配事及びそのフォロー例  
（自由記述、多いケースを1～3つ）

（高橋希 他. 市町村母子保健事業の栄養担当者の視点による母子の心配事の特徴～妊娠期・乳児期・幼児期に関する栄養担当者の自由記述の分析～, 日本公衆衛生雑誌, 2015）

# 乳幼児期の栄養担当者の視点による 母子の心配事・フォローの分類

## 健康日本21(第一次)の栄養・食生活分野の 目標設定の枠組みを参考

- (1) QOL
- (2) 健康・栄養状態
- (3) 食事内容
- (4) 食生活習慣
- (5) その他(ソーシャル・サポート等含む)

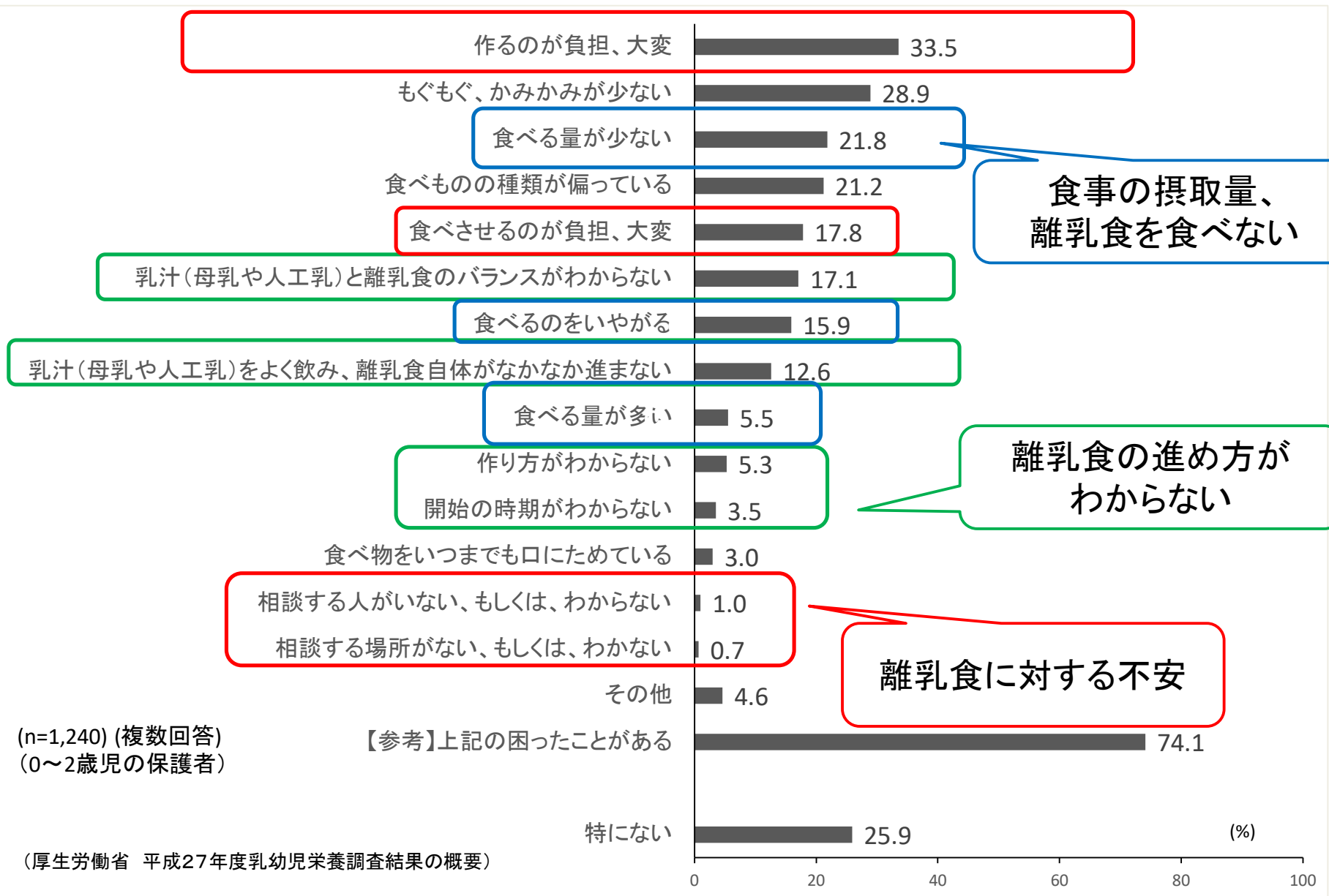
(高橋希 他. 市町村母子保健事業の栄養担当者の視点による母子の心配事の特徴～妊娠期・乳児期・幼児期に関する栄養担当者の自由記述の分析～, 日本公衆衛生雑誌、2015)

# 乳児期における栄養担当者の視点による母子の心配事

カテゴリ	心配事	%	フォロー例
QOL	離乳食に対する不安	0.9	不安を取り除くように話を聞く。 簡単な調理法の提案。
健康・ 栄養状態	食物アレルギーへの 対応・予防	16.4	アレルギー対応のレシピ・代替食品、の紹介。 医師の指示に従い、親の勝手な判断で不必要な 除去、や開始時期を遅らせたりしない。 初めて与える食品は、少量から、午前中に試す。
食事内容	食事の摂取量	18.7	フードモデルやパンフレットで適量を示す。 離乳期は、授乳・離乳の支援ガイドの量を参考。
食生活 習慣	離乳食の進め方が 分からない	30.3	授乳・離乳の支援ガイドをもとに説明。 調理実習を行う。
食生活 習慣	離乳食を食べない	19.0	生活(授乳)リズムを整える。 口腔機能にあった調理形態にする。 焦らず、無理強いせず、神経質にならず。

(高橋希 他. 市町村母子保健事業の栄養担当者の視点による母子の心配事の特徴～妊娠期・乳児期・幼児期に関する栄養担当者の自由記述の分析～, 日本公衆衛生雑誌, 2015)

# 離乳食について困ったこと



(n=1,240) (複数回答)  
(0~2歳児の保護者)

(厚生労働省 平成27年度乳幼児栄養調査結果の概要)

1. 「授乳・離乳の支援ガイド」において、  
離乳期は、乳児の食欲、摂食行動、成長・発達パターンあるいは地域の食文化、家庭の食習慣等を考慮し、個々に合わせて進めていくことが重要とされ、画一的な指導とならないことが示されている。
2. 乳児の発育・発達及び地域や家庭の食習慣により異なる「離乳食の進め方」など、個々に合わせた食生活支援が求められる内容が、乳幼児栄養調査と同様に多く挙げられた。

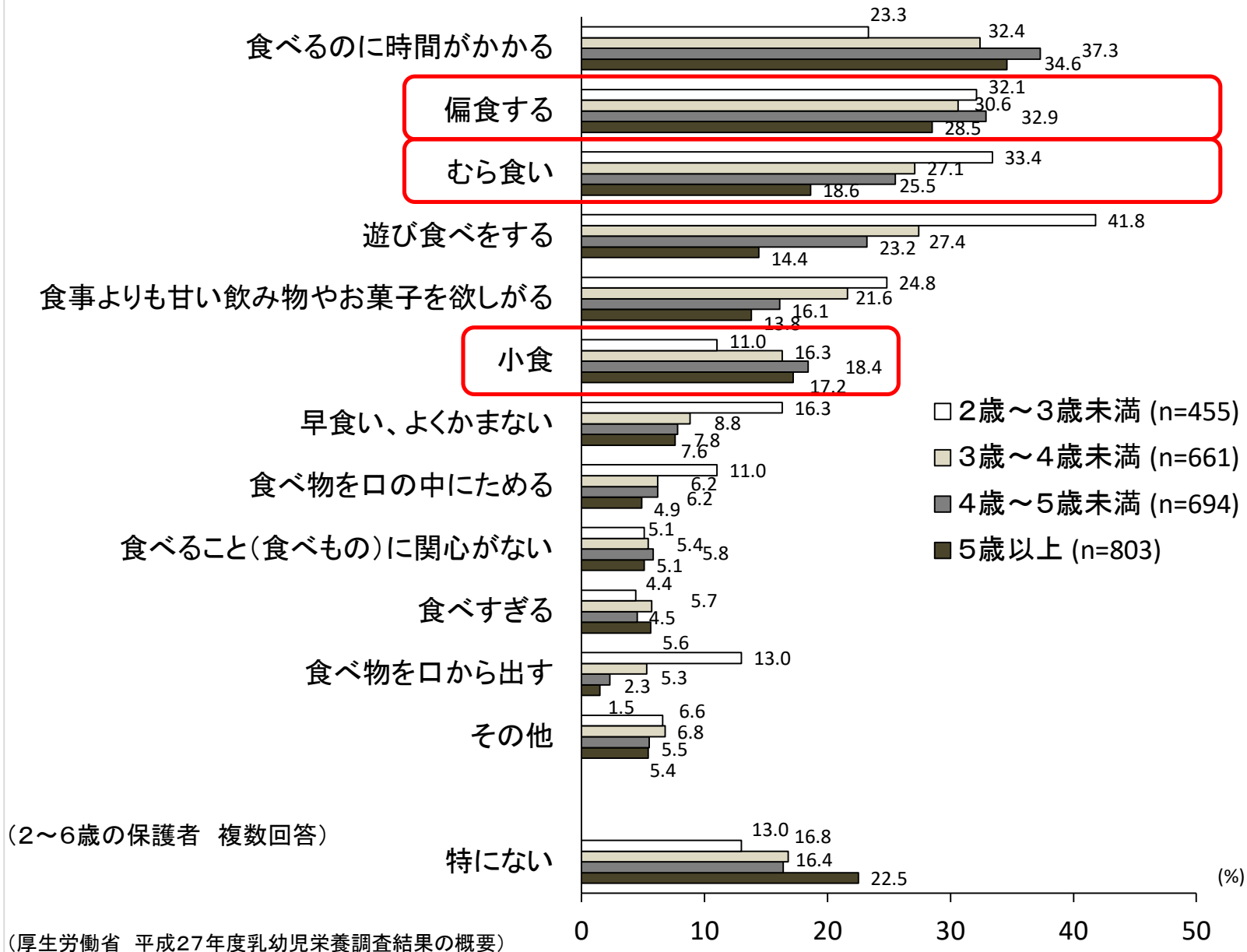
# 幼児期における栄養担当者の視点による母子の心配事

項目	心配事	%	フォロー例
健康・栄養状態	体重増加過多・肥満	7.1	食事・間食・飲み物の摂取量、活動量、生活リズムを確認し、アドバイス。 発育曲線を確認。
食事内容	食事の摂取量	6.8	写真、パンフレット、フードモデルで量を提示。 食事量は個人差もあるので、バランスに気を付けてもらう。
食生活習慣	間食の与え方	15.0	決まった時間(だらだらしない)と量(適量を小皿で出す。それ以上出さない)を説明。
食生活習慣	偏食(好き嫌い)	42.8	無理強いせず、食卓には出す。 調理法(細かく刻み、混ぜる)を工夫。 周囲の大人がおいしそうに食べるなど食環境を整える。
食生活習慣	小食	21.6	空腹感を持たせる。調理法(小さくして食べやすく)を工夫。お手伝いや買い物に参加してもらう。
食生活習慣	むら食い	18.2	食事リズム、1週間単位で1日の平均の量を確認。 量、与え方の工夫、食卓の雰囲気づくり、間食の与え方を説明。

(高橋希 他, 市町村母子保健事業の栄養担当者の視点による母子の心配事の特徴～妊娠期・乳児期・幼児期に関する栄養担当者の自由記述の分析～, 日本公衆衛生雑誌, 2015)

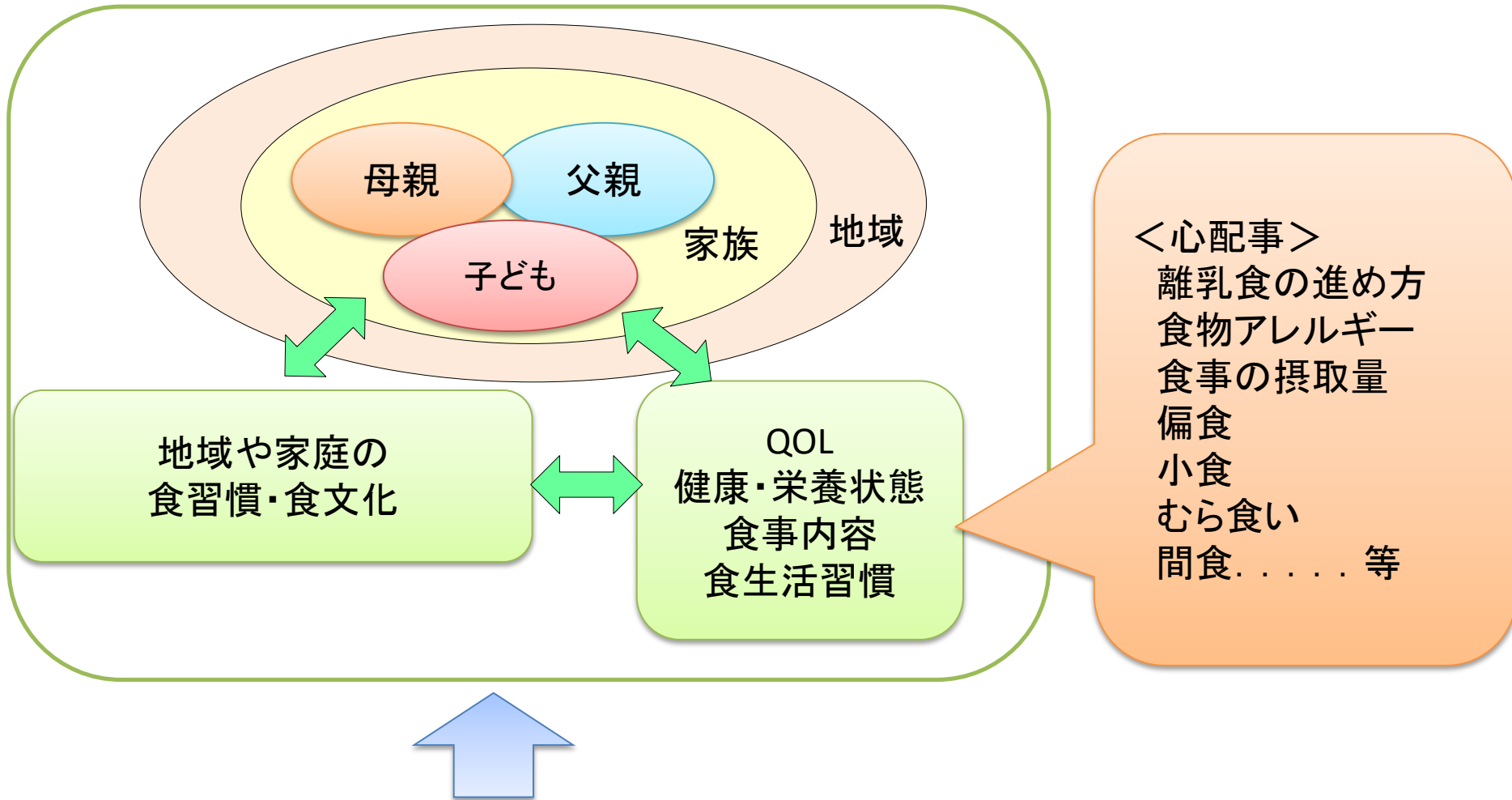


# 現在子どもの食事で困っていること



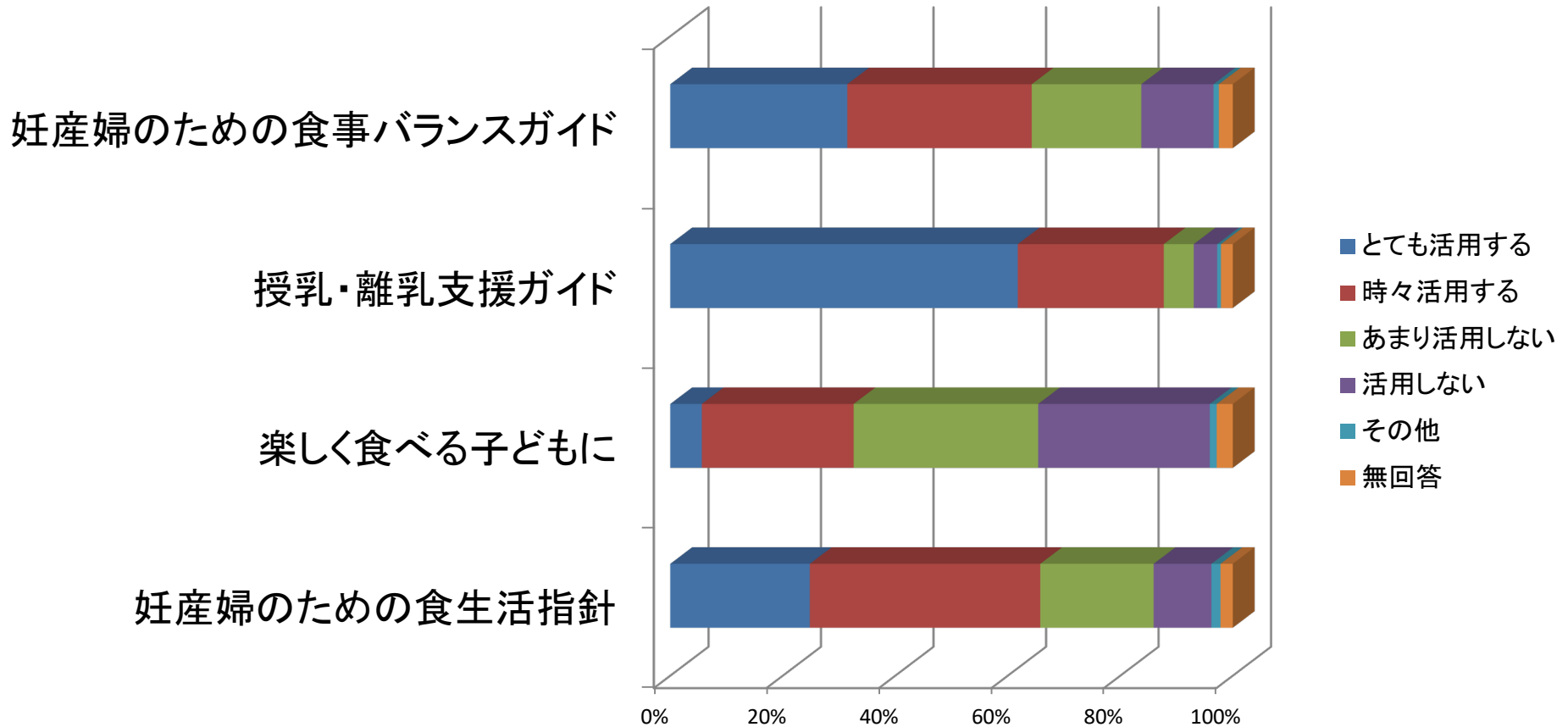
1. 幼児期の「偏食」「むら食い」は、幼児期における発達の特徴である味覚の発達、自己主張、自我の芽生え等の影響による一過性のものである。
2. 「小食」は子どもの体格や活動量の差など、個人差による違いが影響する。
3. 栄養担当者の視点による幼児期の心配事および乳幼児栄養調査の結果は、子どもの発達や発育状況により、個人差が生じる内容である。

# 乳幼児期の栄養担当者の視点による母子の心配事



画一的でなく、  
個々に合わせた食生活支援

# 市町村の栄養相談業務において 国の施策にあるツールの活用状況



(n=1052)

# 標準的なモデル作成のための論点



## 標準的な乳幼児期の健康診査と 保健指導に関する手引きの公表



標準的な保健指導を実践するための  
手法やその評価方法に関する全国調査を実施し、  
標準的な乳幼児健診モデルの作成につなげる論点を  
整理。

# 標準的なモデル作成のための論点

親子のニーズを支援につなげる保健指導	論点1. 事前の情報把握としてのハイリスク妊婦の把握と評価 論点2. 乳幼児健診における問診の意義 2. 1 保健指導における問診の意義 2. 2 標準的な問診項目の意義とその活用 論点3. 対応に配慮を要する親子の受診時の取り決め
多職種の専門分野の強みを生かす保健指導	論点4. う蝕に対する事業評価の活用・う蝕以外の歯科保健活動 論点5. 他機関と連携した栄養指導・食育の評価 論点6. 発達障害等に関する地域と連携したフォローアップ評価
医療機関委託健診	論点7. 委託医療機関との子育て支援に関する情報連携
「健やか親子21(第2次)」の重点課題における乳幼児健診の保健指導	論点8. 「育てにくさ」を感じる親に寄り添う支援 8. 1 社会性の発達過程に関する保健指導 8. 2 育てにくさを感じる親への保健指導の評価 論点9. 妊娠期からの児童虐待防止対策 9. 1 健診で虐待の疑いを把握した際の対応の取り決め 9. 2 乳幼児揺さぶられ症候群に対する啓発
乳幼児健診事業の評価のポイント	論点10. 疾病のスクリーニングに対する精度管理 論点11. 支援対象者のフォローアップの妥当性の評価 論点12. 3歳児健診の実施時期に関する検討
研修システム	論点13. 健診従事者を対象とした実践的な研修機会の確保

(平成27～29年度国立研究開発法人日本医療研究開発機構,  
AMED 乳幼児期の健康診査を通じた新たな保健指導手法等の開発のための研究)

# 栄養指導・食育の他機関との連携の調査方法

対象：全国1741市区町村

回収数：1163市区町村（回収率66.8%）

方法：平成27年 インターネット調査

調査項目：他機関と連携した集団の栄養指導・食育の  
評価の実施状況、  
栄養指導・食育の連携組織および職種  
（再調査）

（平成27～29年度国立研究開発法人日本医療研究開発機構, AMED 乳幼児期の健康診査を通じた新たな保健指導手法等の開発のための研究）

# 栄養指導・食育の他機関との連携の調査内容

乳幼児期の子どもや保護者を対象とした、集団で実施される栄養指導や食育の取組を他機関（保育所、幼稚園、関係団体、企業など）と連携して行い、その評価をしていますか。

- 1. 他機関と連携しており評価もしている
- 2. 他機関と連携しているが評価していない
- 3. 他機関と連携していない
- 4. その他

他機関とは...

1. 保育所、2. 幼稚園、3. 認定こども園、4. 児童館・児童センター、5. 子育て支援センター
6. 児童福祉施設（乳児院、児童養護施設、障害児施設等）、7. 公民館・コミュニティセンター
8. NPO法人、9. 病院・クリニック、10. 社会福祉協議会、11. 地域活動栄養士会
12. 住民組織（食生活改善推進員、母子保健推進員等）、13. 保健所、14. 農林漁業・畜産業
15. 民間企業（食品企業等）、16. その他

（平成27～29年度国立研究開発法人日本医療研究開発機構, AMED 乳幼児期の健康診査を通じた新たな保健指導手法等の開発のための研究）



# 市区町村における他機関と連携した 集団の栄養指導・食育野評価の実施状況

他機関と連携している市町村は全体の約7割。  
さらに、評価まで行っているのは、全体の約3割。

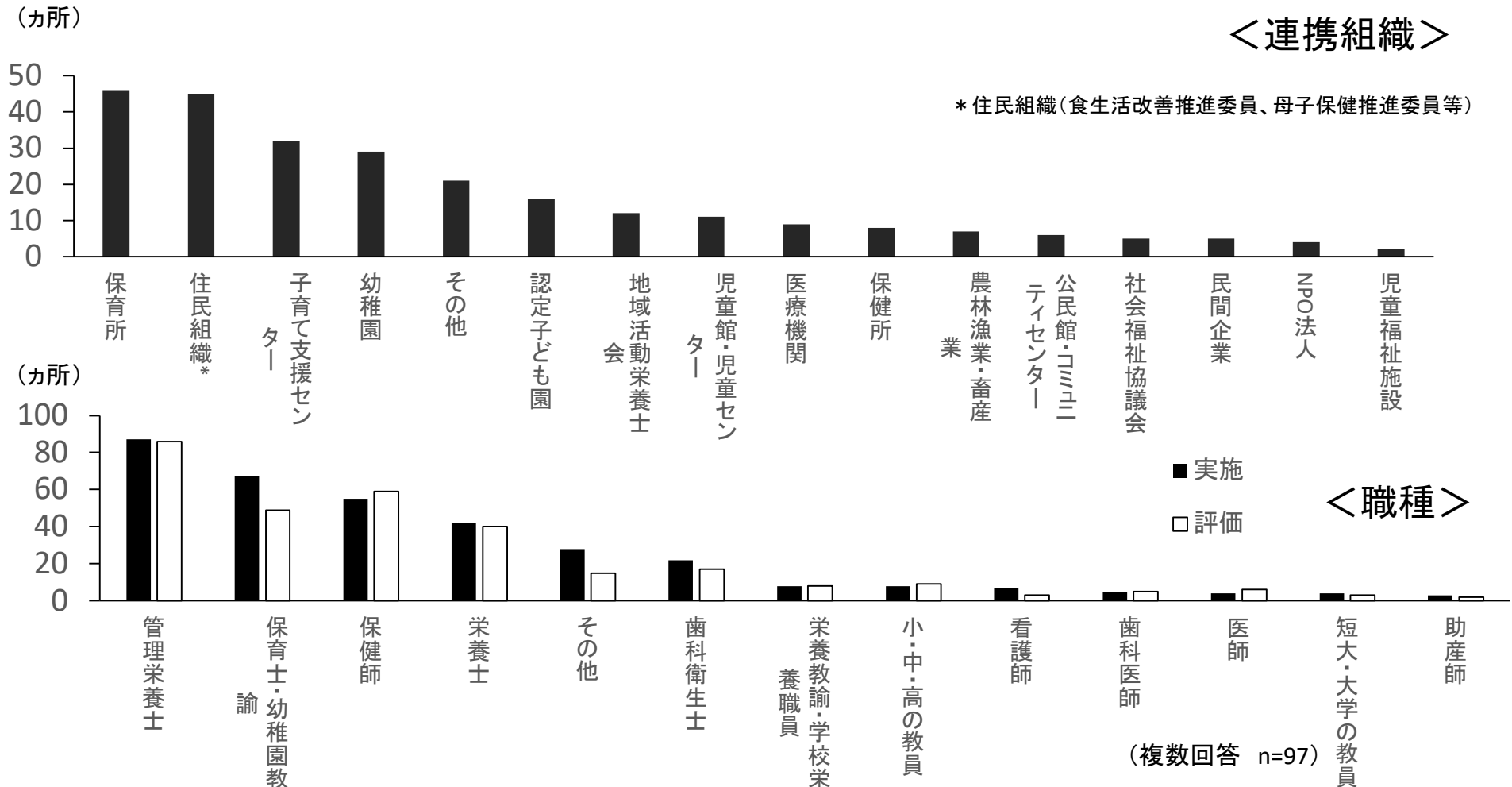
項目	該当数	比率(%)
1. 他機関と連携し、評価している	380	33.0
2. 連携しているが評価していない	395	34.3
3. 連携していない	340	29.6
4. その他	35	3.0

(n=1150)

(平成27～29年度国立研究開発法人日本医療研究開発機構, AMED 乳幼児期の健康診査を通じた新たな保健指導手法等の開発のための研究)

# 栄養指導・食育の連携組織および職種

保育所、住民組織、子育て支援センターとの連携が多い。  
管理栄養士、保育士・幼稚園教諭、保健師が多く関わっている。



(平成27～29年度国立研究開発法人日本医療研究開発機構, AMED 乳幼児期の健康診査を通じた新たな保健指導手法等の開発のための研究)

# 標準的なモデル作成のための論点

## 第Ⅱ章 多職種の専門分野の強みを生かす保健指導

### 論点5 他機関と連携した栄養指導・食育の評価

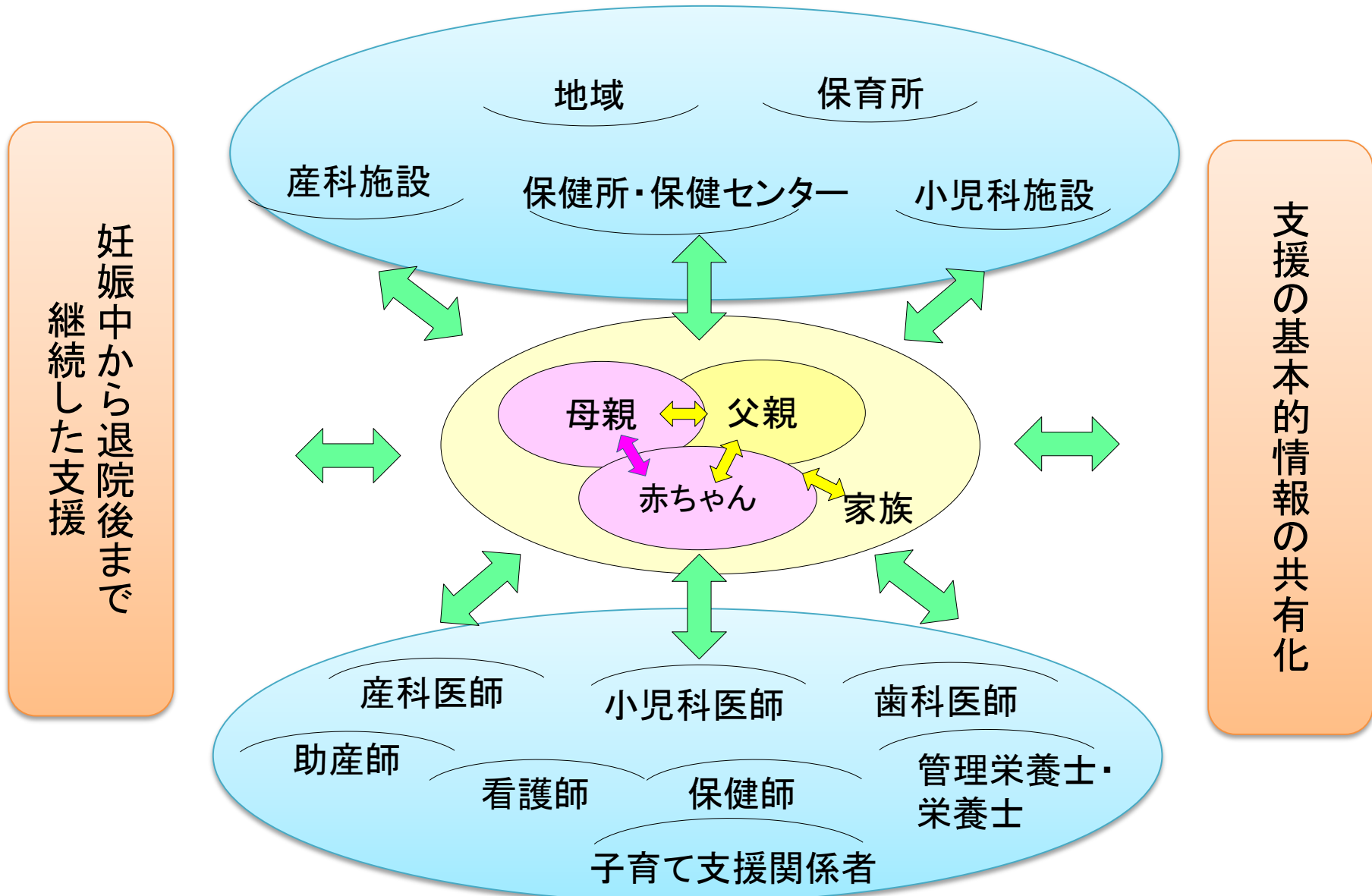
栄養指導の評価のため他機関と連携するポイントは、

- ① 栄養指導・食育に関する課題と、課題に対する達成目標及び指標を明確に提示し、共有すること。
- ② 評価方法（評価の視点、評価基準など）を栄養指導・食育に係わる関係者が共有すること。
- ③ 既存の事業等を活用して連携する場を設定することである。

地域の状況に応じた評価を実践するために、保健所等、都道府県が広域的な立場で支援することが必要である。

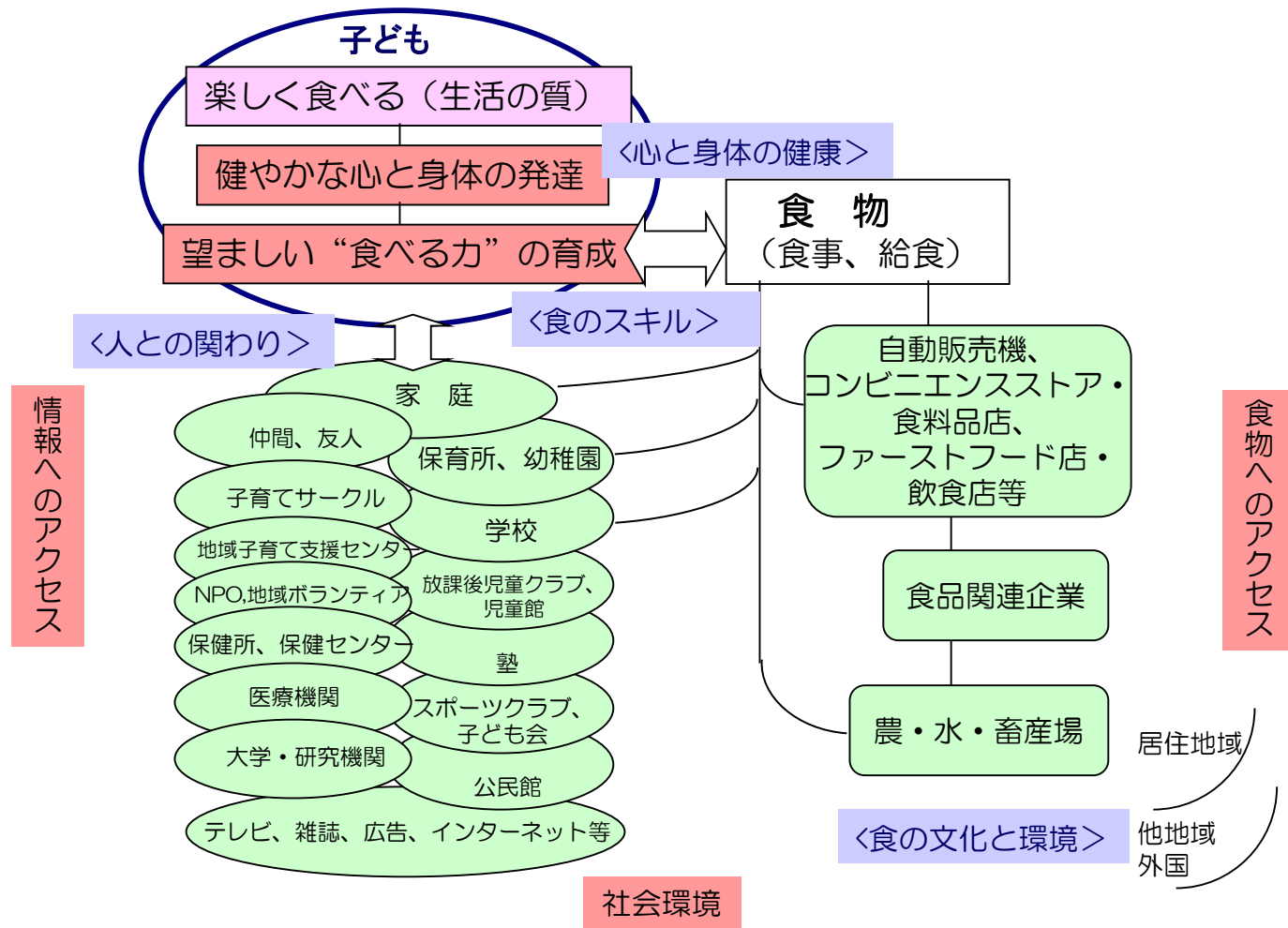
（平成27～29年度国立研究開発法人日本医療研究開発機構, AMED 乳幼児期の健康診査を通じた新たな保健指導手法等の開発のための研究）

# 授乳支援の推進に向けて



(厚生労働省「楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～」p22-45を元に作成)

# 食を通じた子どもの健全育成のための環境づくりの推進



## 食を通じた子どもの健全育成のための環境づくりの推進

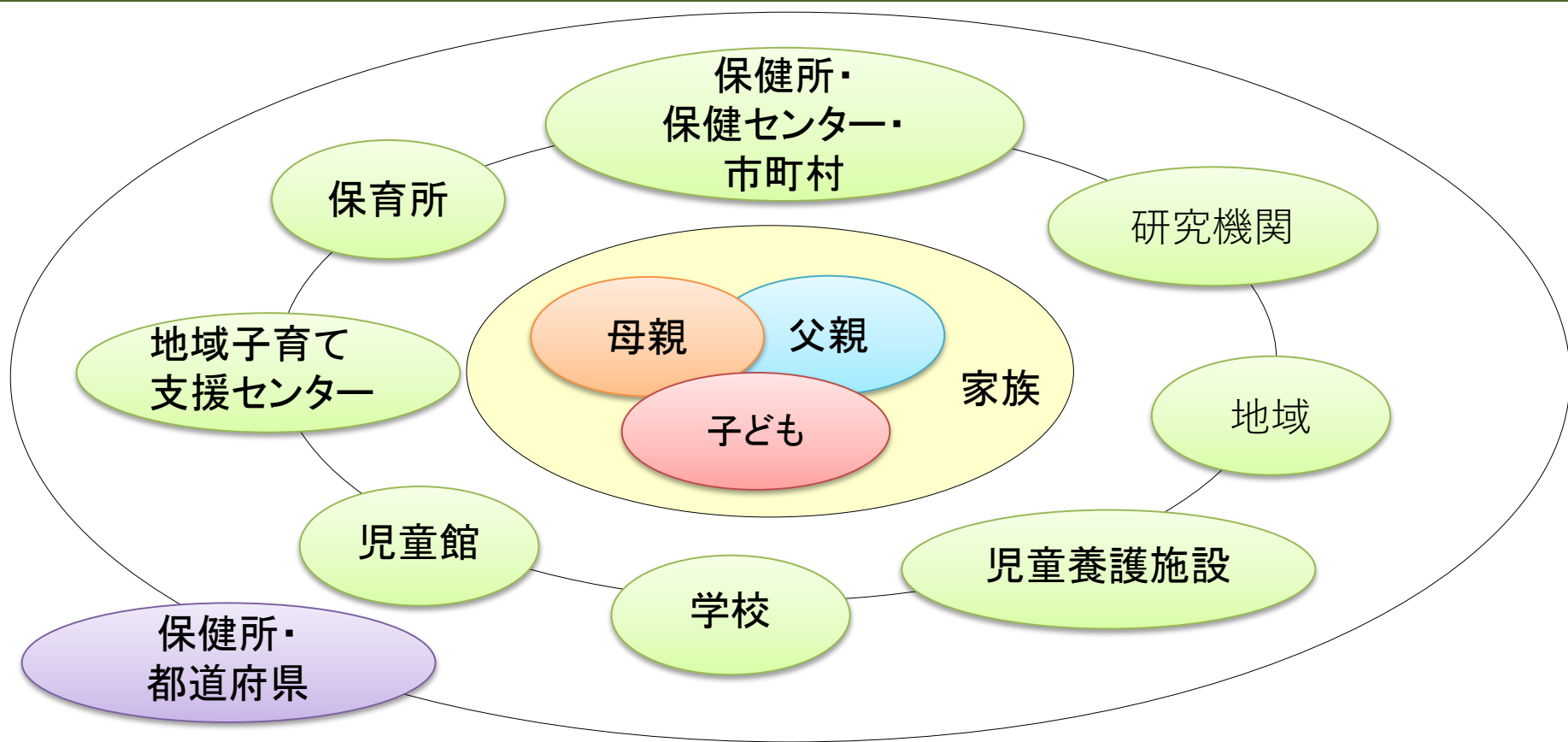
(厚生労働省「楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～」)

# 各機関の食育の取り組み例

保育所	「食ること」「遊ぶこと」「食文化との出会い」「人とのかかわり」「料理づくりへのかかわり」「自然とのかかわり」を通じた食育
地域子育て支援センター	食情報の提供、一緒に作って、みんなで食べる楽しさの提供、相談の場の提供
児童館	「人・地域との交流」「見て、作って、実践する活動」「遊びを通しての活動」による食育
学校	「給食」「教科」「学級活動」「保健指導」「総合的な活動」「学校行事」を通じた食育
児童養護施設	実際の食事場面、日常の食事づくり、生活全般の中での食育
地域	地域における様々な分野の連携、体制の整備
研究機関	施設や実践者等の経験の範囲に留まらない、普遍的な形での整理と共有化が重要。またプログラムの運営・管理という点では、有効性を適切な手法を用いて評価することが求められている。

(厚生労働省「楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～」p22-45を元に作成)

# 他機関と連携した栄養指導・食育



課題、達成目標、評価方法  
の共有

既存の事業を活用