

厚生労働科学研究費補助金（成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業）
分担研究報告書

妊産婦及び乳幼児の栄養管理の支援のあり方に関する研究

分担研究テーマ：「授乳・離乳の支援ガイド」活用に関する
栄養チェックシートの検討

研究協力者 三橋扶佐子 日本歯科大学生命歯学部共同利用研究センター 助教
分担研究者 堤ちはる 相模女子大学栄養科学部健康栄養学科 教授

研究要旨

乳幼児期の授乳・離乳の支援について、現在は平成 19 年に厚生労働省から公表された「授乳・離乳の支援ガイド」に基づき、市区町村の保健センター、病院、保育所、子育て支援センターなどで広く実施されている。しかし、乳幼児とその保護者を取り巻く食環境、保護者の食に対する意識の変化などから指導する側の経験やスキルが問われる状況も増えてきている。

そこで、「授乳・離乳の支援ガイド」をより活用できるように、乳幼児の栄養の状況と問題をスクリーニングできるチェックシートを「授乳・離乳期」と「離乳完了期」の 2 つに分けて試作した(図 1、2)。シートの有用性を向上させるため、保健師、栄養士等に本シートの評価を依頼した。回答者は、母子衛生研究会の健康相談室に勤務する保健師・助産師（以下母子研究会）107 名と行政の母子保健担当者(以下行政)60 名である。

母子研究会の回答者は、保健師 45.8%、助産師 50.5%であった。行政は、保健師 38.9%、助産師 34.7%、管理栄養士 21.6%であった。本シートが「活用できる」は母子研究会で 43.9%、行政で 41.7%、「改善すれば活用できる」は母子研究会 46.7%、行政で 53.3%と活用の可能性が高いことが示された。本シートの活用場所は、「栄養相談」が母子研究会で 88.8%、行政で 76.7%、「乳幼児健診」が母子研究会で 51.4%、行政で 40.0%、「その他」が母子研究会で 14.0%、行政で 21.7%であった。

シートに関しては、項目、文字の大きさ、記入スペースの問題など改善すべき点が多く指摘された。使用状況が限定されていないので、回答者の想定により回答された意見が相反することもあったが、ほとんどの回答者が栄養相談や乳幼児健診で有用であるという意見であった。今後、シートのブラッシュアップを行い、チェックした項目を指導に生かすための解説を作成する必要があると考える。

保健師、栄養士等の中には、口腔機能に関してどのように対応したらよいのかわからない者も多く、専門職につなぐ必要がある場合にその問題を抽出できない可能性があることも考えられる。今後、乳幼児の口腔機能の発達等に関する教育、解説を行う必要性が示唆される。

A . 研究目的

乳幼児期の授乳・離乳の支援について、平成 19 年に厚生労働省から公表された「授乳・離乳の支援ガイド」に基づき、市区町村の保健センター、病院、

保育所、子育て支援センターなどで広く実施されている。しかし、乳幼児とその保護者を取り巻く食環境、保護者の食に対する意識の変化などから指導したり支援する側の経験やスキルが問

われる状況も増えてきている。

そこで、本研究において「授乳・離乳の支援ガイド」に則った「栄養チェックシート」を試作した。実際の相談現場においての使いやすさを検討するため、保健師、栄養士等にシートの評価を依頼した。これらの意見をまとめ、授乳・離乳の支援の質を担保することを目的としている。

B．研究方法

1．調査対象、方法および調査項目

公益財団法人 母子衛生研究会の健康相談室で相談にあっている保健師・助産師(以下母子研究会)107 名ならびに市区町村の母子保健担当者(以下行政)60 名にシートを送付し、使用上の問題点や改善点などの評価を依頼した。

倫理面の配慮については、本研究はチェックシートの検討であり、個人情報扱っていない。

C．研究結果

母子研究会の回答者は、保健師 45.8%、助産師 50.5%であった。行政は、保健師 38.9%、助産師 34.7%、管理栄養士 21.6%であった(表 1)。本シートが「活用できる」は母子研究会で 43.9%、行政で 41.7%、「改善すれば活用できる」は母子研究会 46.7%、行政で 53.3%と有用性が高いことが示された(表 2)。本シートの活用場所は、「栄養相談」が母子研究会で 88.8%、行政で 76.7%、「乳幼児健診」が母子研究会で 51.4%、行政で 40.0%、「そ

の他」が母子研究会で 14.0%、行政で 21.7%であった(表 3)。栄養相談での有用性は高いという評価であった。

1. シートの評価

シートに対する意見は、表 4 - 1 ~ 6 にまとめた。

1) シート全体について(表 4 - 1)

シート全体について以下のような意見があった。

- ・ 2 種類のシートの選択が難しい
- ・ 区分を年齢によって分けた方が良い
- ・ 時間を記入する欄は、数直線の形が記入しやすい
- ・ 自由記述欄が多い方が良い
- ・ 選択肢で選ぶ方が時間が短くなる
- ・ カウプ指数の欄が欲しい
- ・ 相談者に記入してもらう方式でもよいか
- ・ 2 種類のシートで共通の項目は同じ位置に配置して欲しい

2) 授乳・離乳期シートについて(表 4 - 2)

- ・ 年齢欄の単位を日齢・月齢の両方が欲しい
- ・ 体重欄の単位を“ kg ” から “ g ” 変えて欲しい
- ・ 家族欄に日中の養育者や家族構成がわかるとよい
- ・ 乳汁欄に人工乳の量と回数が必要
- ・ 食事時の養育者の精神状態も把握したい
- ・ 離乳食の時期を記入した方がよい
- ・ 離乳食に関する記入が書きにくい

- ・記入欄が小さい
 - ・水分補給を乳汁以外のとした方がわかりやすい
 - ・水分の種類も記入したい
- 3) 授乳・離乳期シートについて(表4 - 3)
- ・食具欄の「てづかみ」の項目に「手のひら」「指」の選択ができるとよい
 - ・コップや茶碗の大きさが書けるとよい
 - ・その他の欄がほしい
 - ・食事の時の姿勢で「足がぶらぶらしていないか」を記入したい
 - ・食事の時の環境に「テレビ、ビデオをつける」など選択肢があるとよい
- 4) 口腔機能について(表4 - 4)
- 「口腔機能は重要だと思う」という意見もあったが、歯科医師や歯科衛生士などの専門職に任せ、このシートから口腔機能に関する記入欄を削除し、他の記入欄を大きくしてほしいという意見も10件以上あった。
- ・哺乳反射について、保護者に説明しにくい
 - ・質問内容が保護者に理解できない、または思い出せないと思う
 - ・咀嚼・嚥下の記入欄が「良い」と思われる回答が左側にあると視覚的に評価しやすい
 - ・「食べこぼし・・・」に関してはわかりにくい、「こぼす」というのは口が開いているからこぼすということなのか
- ・詳しいガイドが無いと基準が良くわからない
 - ・どういうことにつながるのか、どう説明するのか、などの解説があるとよい。
 - ・「よだれ」の項目を追加してはどうか。よだれの量が多いか少ないかを聞くのはどうか。
 - ・歯列に関して、虫歯の記入もしてはどうか
 - ・過敏というのは、どこを「触れられる」のかがわからない
 - ・顔や口周りなのか、身体全体なのか
- 5) 離乳完了期シートについて(表4 - 5)
- ・間食について、回数・時間、内容で記入欄が2箇所あるので、一つでよいのではないか
 - ・甘い飲み物に関して種類と量の両方が記入できると良い
 - ・卒乳に関して追加し、卒乳しているかどうかを記入してはどうか
- 6) 使用法について(表4 - 6)
- ・対面での使用は慣れないと、記入にとらわれてしまって相手に聞いてないと思われる心配がある
 - ・記入しなくても項目を見るだけでも聞き漏らしが減り、有効なシートになるように思える
 - ・個別対応には良いが、記入時間がかかりすぎるもう少し修正が必要

D．考察

栄養チェックシートは、栄養相談の現場で有用性の高いツールであることが、今回の調査によって明らかになった。「授乳・離乳の支援ガイド」の内容も幅広く、乳幼児と保護者を取りまく環境も多様化している。より良い支援を行うためには、相談者の情報をより多く得ることが必要である。利用しやすさを考えると、1枚のシートに収めるように作成することが重要であるが、必要とする項目が多く、さらに自由記入欄の設置希望も多い。今回の調査結果では、シートの使用方法を明確に示していなかったため、回答者の使用想定範囲が広がってしまった。相談時に聞き漏らし防止のメモをとるように簡単に記入できるものと、リスクを明らかにするスクリーニングのためのもののどちらに重きを置くのかをはっきりさせなければならない。

さらに、多くの項目を記入できるようにしたため、文字の大きさや記入スペースに余裕がなかったことが記入者に負担をかけることになった。

すでにこのようなチェックシートを導入している行政もあったが、まだ導入していない相談室等では、経験の少ない保健師、栄養士等には大変役に立つとの意見が寄せられた。

記入のために、使用の手引きのような解説を別に作成する必要もあると感じた。

また、口腔機能に関して「重要である」という意見もあったが、それよりも多く「歯科医師・歯科衛生士などの

専門職種に任せた方がよい」という意見があった。「授乳・離乳の支援ガイド」に口腔機能に関する項目が採用されたにもかかわらず、健康・栄養相談において口腔機能が軽んじられている現状が見て取れた。今後、食生活の支援には、口腔発達、咀嚼・嚥下等の乳幼児の機能面が直結していることを支援者が意識することが重要である。また、口腔機能等について自ら学ぶことが難しい場合もあることが推察されるので、それらに対する教育や解説等の機会を提供することが必要であると考ええる。

E．結論

栄養チェックシートは、栄養相談の現場で有用性の高いツールであることが、今回の調査によって明らかになった。しかしながら、1枚の用紙に記入する内容が多く、項目の選択、文字の大きさ、記入スペースの問題等の課題は数多い。この点に関しては、今後改善の必要がある。

さらに、チェックした項目を指導や支援にどのように生かすのかを解説した手引きも必要であることが明らかにされた。

また、保健師、栄養士等の中には、口腔機能に関してどのように対応したらよいかわからない者も多く、専門職につなぐ必要がある場合にその問題を抽出できない可能性があることも考えられる。そこで今後、乳幼児の口腔機能の発達に関する教育、解説を行う必要性が示唆される。

参考文献

- 1) 厚生労働省平成 22 年乳幼児身体発
育調査, 2010

F. 健康危険情報
なし

G. 研究発表

1. 論文発表
なし

2. 学会発表

なし

H. 知的財産権の出願・登録状況

1. 特許取得 なし
2. 実用新案登録 なし
3. その他 なし

図 1 - 1 栄養チェックシート(授乳・離乳期)1

トライアル用 (返却不要)

平成 28 年度厚生労働科学研究費補助金 妊産婦及び乳幼児の栄養管理の支援のあり方に関する研究
 「妊産婦及び乳幼児の栄養管理の支援のあり方に関する研究」
栄養チェックシート (授乳・離乳期) 試案

				受付日	年	月	日	解決	済・未
乳幼児名		年齢	歳	か月	起床時刻	平日	時	分	ごろ
身長	cm	体重	kg		起床時刻	休日	時	分	ごろ
相談者名	続柄	担当者			就寝時刻	平日	時	分	ごろ
相談者名					就寝時刻	休日	時	分	ごろ
相談内容					□腔機能 ◆哺乳反射 1. □周辺に触れたものに対して□を開く よくする ときどき しない 2. □に形あるものを入れようとすると押し出す よくする ときどき しない 3. □の奥まで入ってきたものを吸う よくする ときどき しない				
					歯列 				
1. 食欲	ある	普通	無い		◆咀嚼・嚥下 1. 食べる時、舌が出ていますか? はい・いいえ 2. □を閉じて飲みこめますか? はい・いいえ 3. 舌でつぶして食べていますか? はい・いいえ 4. 歯ぐき(奥歯)で噛んで食べていますか? はい・いいえ 5. むせることはありませんか? はい・いいえ 6. 食べこぼしはありますか? はい・いいえ 7. 固いものを噛まずに丸のみしていますか? はい・いいえ 8. コップやお椀で水分が飲めますか? はい・いいえ				
2. 食事(哺乳)時の機嫌	良い	普通	悪い						
3. 1日の乳汁の回数	・母乳(回)				◆過敏 よく嫌がる ときどき 嫌がらない 触られることが苦手				
4. 離乳食の回数	・人工乳(回)								
5. 離乳食の量			/ 回		◆その他				
6. 離乳食の時刻									
7. 1回の食事時間			分ぐらい		特記事項 ◆食物アレルギー 1. 食品名 2. 家族歴 ◆離乳食開始時期 (月) ◆乳汁終了時期 (月) ◆その他				
8. 離乳食形態・食事内容									
9. ベビーフードの使用状況	あり(回/週)・なし()		か月用を使用		対応(予定)とその結果				
10. 食事介助の有無	あり・なし								
11. 食具等	・手づかみ ・スプーン		・フォーク ・はし		15. 卒乳に関して				
12. 食べる時の姿勢	・横抱き ・ベビーラック ・椅子		・床に座る ・その他()						
13. 食事の時の環境(一緒に食べる人や音など)					16. アレルギーの有無 あり・なし				
14. 水分補給() mL / () 回									
15. 卒乳に関して					17. アレルギーの主治医 あり・なし				
16. アレルギーの有無	あり・なし								
17. アレルギーの主治医	あり・なし								

図 1 - 2 栄養チェックシート(授乳・離乳期)2

身体発育曲線 (参考)

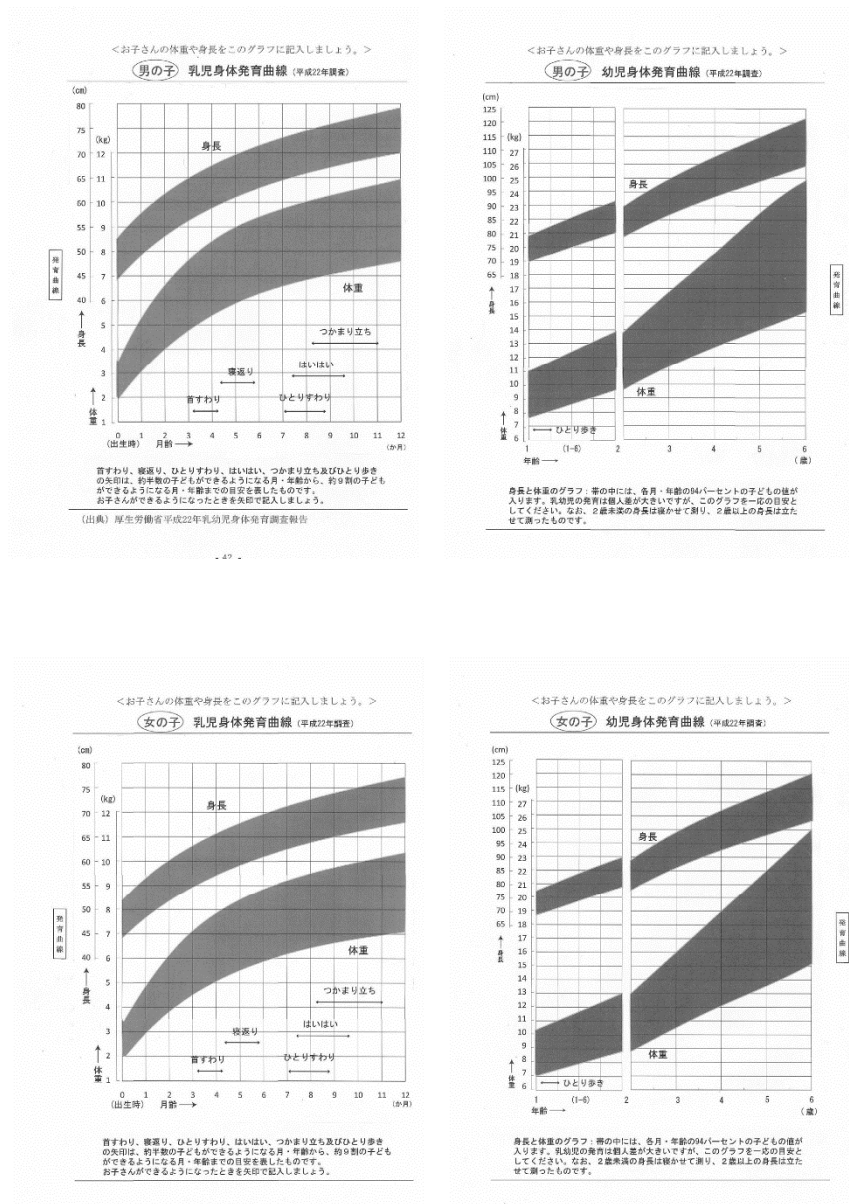


図 2 - 1 栄養チェックシート(離乳完了後)1

トライアル用 (返却不要)

平成 28 年度厚生労働科学研究費補助金 妊産婦及び乳幼児の栄養管理の支援のあり方に関する研究
「妊産婦及び乳幼児の栄養管理の支援のあり方に関する研究」
栄養チェックシート (離乳完了後) 試案

乳幼児名				年齢	相談者	受付日	年 月 日	解決	済・未
身長	cm	体重	kg	担当者	続柄				
起床	朝食 (分)	外遊び (分)	昼食 (分)	昼寝 (分)	外出				
時 分	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分				
間食 (分)	入浴	夕食 (分)	就寝	()	()				
時 分	時 分	時 分	時 分						
相談内容				口腔機能 ◆哺乳反射 1. □周辺に触れたものに対して□を開く よくする ときどき しない 2. □に形あるものを入れようとする と押し出す よくする ときどき しない 3. □の奥まで入ってきたものを吸う よくする ときどき しない 歯列 上  下 萌出した乳歯に○					
				屋間の主たる養育者 (母・保育園・幼稚園・その他) 入園 無・有 (園名:)					
1. 食欲	ある 普通 無い			◆咀嚼・嚥下		1. 食べる時、舌が出ていますか? はい・いいえ 2. 口を閉じて飲みこめますか? はい・いいえ 3. 舌でつぶして食べていますか? はい・いいえ 4. 歯ぐき (奥歯) で噛んで食べていますか? はい・いいえ 5. むせることはありますか? はい・いいえ 6. 食べこぼしはありますか? はい・いいえ 7. 固いものを噛まずに丸のみしていますか? はい・いいえ 8. コップやお椀で水分が飲めますか? はい・いいえ			
2. 食事時の機嫌	良い 普通 悪い			◆過敏		触られることが苦手 よく嫌がる ときどき 嫌がらない			
3. アレルギーの有無	あり・なし			◆その他					
4. アレルギーの主治医	あり・なし			特記事項					
5. 食事の回数	回			◆食物アレルギー					
6. 食事の量	多い・ふつう・少ない			・食品名					
7. 間食の回数と時間	1日 () 回・1回 () 分			・家族歴					
8. 間食の内容				◆離乳食開始 (ヶ月頃) ◆乳汁終了 (ヶ月頃)					
9. 牛乳の量	() mL / () 回			◆1食の食事パターン					
10. 甘い飲み物	よく飲む・時々・ほとんど飲まない			対応 (予定) とその結果					
11. 食事介助の有無	あり・なし			あり・なし					
12. 食具等	・手づかみ ・スプーン ・フォーク ・はし			15. 偏食の有無・内容					
13. 食べる時の姿勢	・椅子・床に座る ・その他 ()			16. 遊び食べの有無					
14. 食事の時の環境 (一緒に食べる人や音など)				あり・なし					

図 2-2 栄養チェックシート(離乳完了後) 2

身体発育曲線 (参考)

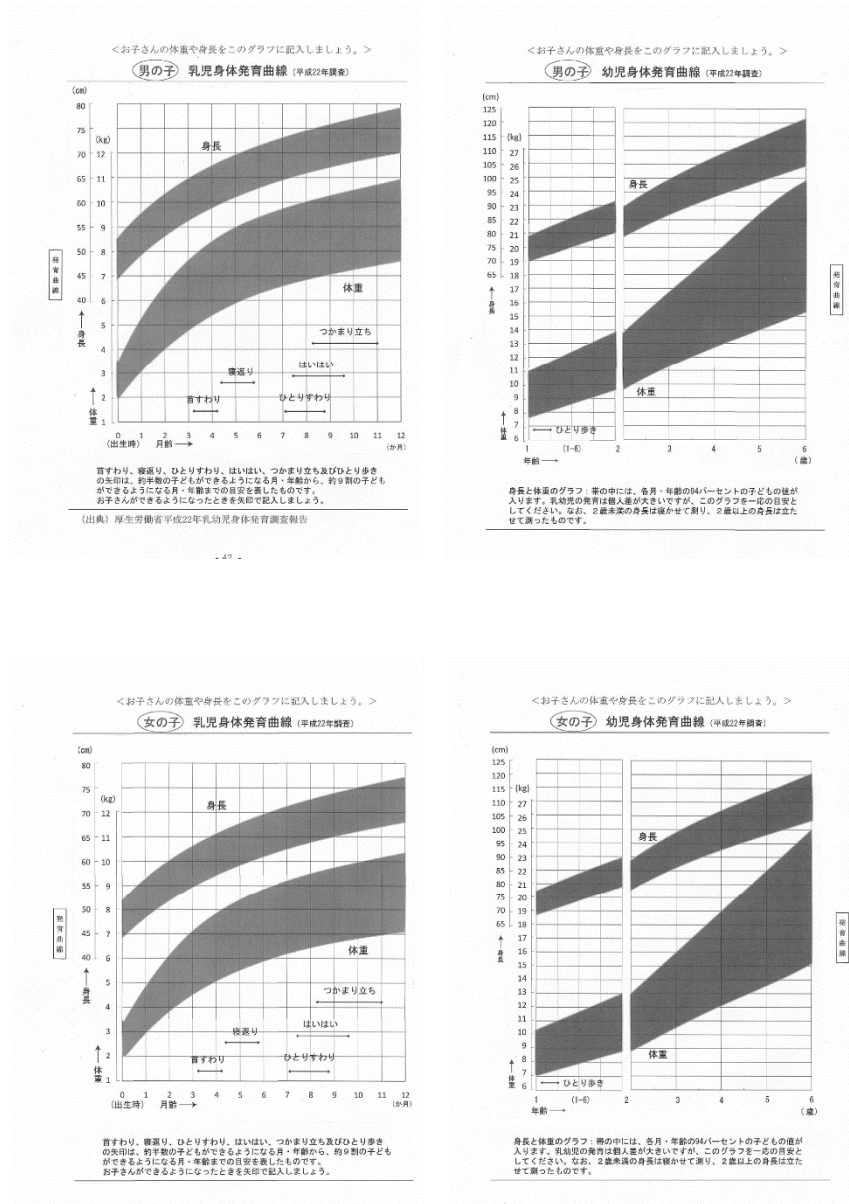


表1 アンケート回答者の職種

	母子研究会		行政		合計	
	(人)	(%)	(人)	(%)	(人)	(%)
保健師	49	45.8	16	26.7	65	38.9
助産師	54	50.5	4	6.7	58	34.7
管理栄養士	2	1.9	34	56.7	36	21.6
栄養士	0	0.0	4	6.7	4	2.4
保健師・助産師	1	0.9	0	0.0	1	0.6
保健師・管理栄養士	0	0.0	1	1.7	1	0.6
その他	0	0.0	1	1.7	1	0.6
不明	1	0.9	0	0.0	1	0.6

表2 「栄養チェックシート」(試案)は活用できるか?

	母子研究会		行政		合計	
	(人)	(%)	(人)	(%)	(人)	(%)
活用できる	47	43.9	25	41.7	72	43.1
改善すれば活用できる	50	46.7	32	53.3	82	49.1
活用できない	3	2.8	3	5.0	6	3.6
未回答	7	6.5	0	0.0	7	4.2

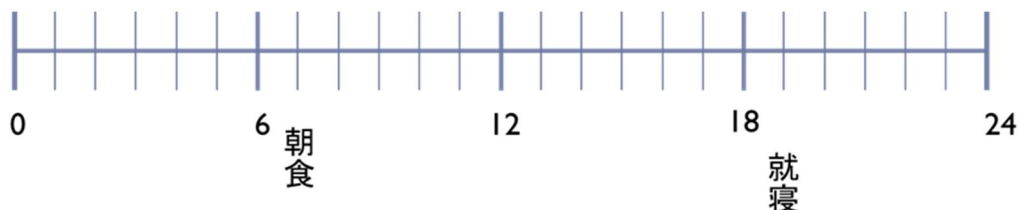
表3 「栄養チェックシート」(試案)の活用場所は

	母子研究会		行政		合計	
	(人)	(%)	(人)	(%)	(人)	(%)
栄養相談	95	88.8	46	76.7	141	84.4
乳幼児健診	55	51.4	24	40.0	79	47.3
その他	15	14.0	13	21.7	28	16.8
未回答	3	2.8	2	3.3	5	3.0

表4 シートに対するコメント

4 - 1 シート全体に対して

- 2種類のシートの使い分けが難しい
 1. 離乳の終了時期が違うので、年齢で分けてはどうか
 2. 最初に離乳が終了しているかどうかで選ぶ方法はどうか
- 1日のスケジュール欄
 1. 以下のような時間軸で記入したい(もっとも多かった意見)



- 自由記述欄が多いほうがよい
- なるべく選択肢にしたほうが記入時間が短くなる
- カウプ指数の記入欄があるとよい
- 相談者に記入してもらった欄をまとめたほうがよい
 1. どこまでを相談者に記入してもらうか
- アレルギー
 1. 各シートとも同じところにまとめたほうがよい

4 - 2 授乳・離乳期シートについて

- 年齢欄
 1. 日齢もあるとよい
- 体重欄
 1. “Kg”ではなく“g”表示の方が書きやすい
 2. 出生時体重もあるとよい
- 家族欄等
 1. 日中の養育者、保育園などの記入があるとよい
 2. 家族構成などがわかる良い
 - ▶ 兄弟関係(第何子など)、祖父母同居など
- 乳汁
 1. 人工乳の量と回数
 2. 時刻も必要か?
- 食事の時の養育者の機嫌
 1. 養育者の精神状態も把握したい
- 離乳食
 1. 時期を記入したほうが良い
 - ▶ 選択肢で記入したい(ごっくん期、もぐもぐ期など)
 2. 量、形態、内容が書きにくい
 3. 離乳食の時刻 1回目()、2回目()・・・
 4. 記入欄が小さい
- 水分補給
 1. 乳汁以外の水分量としたほうがわかりやすい
 2. 種類も記入してはどうか

4 - 3 授乳・離乳期・離乳食完了期ともに

- 食具
 1. 「てづかみ」の欄に「手のひら」「指」の選択ができるとよい
 2. コップや茶碗の大きさが書けるとよい
 3. その他の欄がほしい
 - 食事の時の姿勢
 1. 足がぶらぶらしていないか
 - 食事の時の環境
 1. 「テレビ、ビデオをつける」など選択肢があるとよい
-

4 - 4 口腔機能

口腔機能は重要だと思う

歯科医師・歯科衛生士に任せて、このシートから削除し他の記入欄を大きくしてほしい

- 哺乳反射
 1. 保護者に説明しにくい
 2. 保護者が理解できない、または思い出せないと思う
 - 咀嚼・嚥下
 1. 「良い」と思われる回答が左側にあるとよい
 - ▶ 視覚的に評価しやすい
 - ▶ 「食べこぼし・・・」に関してはわかりにくい、「こぼす」というのは口が開いているからこぼすということなのか
 - 基準について
 1. 詳しいガイドが無いと基準が良くわからない
 2. どういうことにつながるのか、どう説明するのか、などの解説があるとよい。
 - よだれ(追加)
 1. よだれの量が多いか少ないかを聞くのはどうか。
 - 歯列
 1. 虫歯の記入もしてはどうか
 - 過敏
 1. どこを「触れられる」のかがわからない
 2. 顔や口周りなのか、身体全体なのか
-

4 - 5 離乳食完了期

- 間食
 1. 記入欄が2箇所あるので、一つでよいのでは
 - 甘い飲み物
 1. 種類と量の両方が記入できるとよい
 - 卒乳(追加)
 1. 卒乳しているかどうか
-

4 - 6 使用法について

- 対面での使用は慣れないと、記入にとらわれてしまって相手に聞いてないと思われる心配がある
 - 記入しなくても項目を見るだけでも聞き漏らしが減り、有効なシートになるように思える
 - 個別対応にはよいが、記入時間がかかりすぎるもう少し修正が必要
-