

乳幼児の栄養を改善する為に 必要なことは？

～地域の家庭から学ぶ～

平成27年度2次隊 堀 静香(栄養士)

もくじ

- ① 目的
- ② 前回の調査より
- ③ 検証方法
- ④ 結果
- ⑤ まとめ

① 目的

背景

- ボルタ州の乳幼児の1／5は低栄養（低身長）※
- 生後6か月以降の体重が特にうまく伸びない...



乳幼児の低栄養は感染症や生活習慣病などの原因にもなる。

低栄養の、効果的な改善策を見つけない！！

※乳幼児＝5歳未満の子ども

※ 2014年GDHSのボルタ州のデータより

② 前回の家計調査より

お金について

- 家庭の支出は低栄養と関係ない
- お金の権限は男性にある

食事について

- 多様な食品を摂取している子の栄養状態は良い
- ほとんどの家庭で、子が毎日魚やフルーツを摂取している、十分な食事回数を設けていると回答⇒知識はある？
- 魚やシチューの配分が多いのも男性⇒父の理解が必要??



そこで今回は、

良い栄養状態の子をもつ家庭は何が違うのか？を探る

③ 検証方法

- 検証方法: 家庭訪問
- 検証対象: 栄養状態の良い子をもつ母・父

④ 結果

結論：父親の協力が必要なんです。



栄養確保に大切な、食事の質と量の両方を確保できるから

父の協力が必要な理由

① 子が質の高い食事を得られるため

【一般的】 子どもの食事はほとんどが主食

【栄養良好児】 シチューや魚といった主菜・副菜も適切に摂取

ギャップ
あり



シチューや魚を適量とれるということは、つまり...

- 摂取エネルギー量が増える
- ビタミンミネラルたんぱく質不足(低身長[低栄養の一種]の原因)を防げる



十分なシチューや魚といった質の高い食事を摂ることで、
低栄養を防げる

父の協力が必要な理由

① 子が質の高い食事を得られるため

【一般】 家庭内でたっぷりシチュー & 魚といった質の高い食事をとれるのは父



父はお金をかせぐ、リスペクトすべき存在という概念
お金の権限があるのも父



子どもは質の高い食事が摂りづらい

【栄養良好児】 平等な食事分配を父が許可していた



父の理解があれば、子ども質の高い食事を得られる？！



② 十分な量の食事・母乳が得られるため

ポイント① 食事・母乳が肝心

- 食事・母乳以外から、必要な栄養をとれる機会はほぼない



- 十分な食事・母乳が得られなければ、必要なエネルギーや栄養素を確保できず、低栄養になる

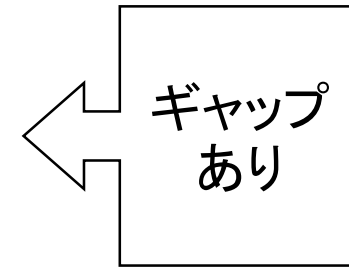
ポイント② 食事・母乳を十分に確保するには、母に時間が必要

- 食事の介助、ヘルプが必要
- 十分な回数と量の母乳が必要
- 乳幼児は胃が小さいので、適切な食事間隔と食事回数の確保が必要
- 消化器官が発達段階なので、適切な食事形態への工夫が必要＝調理時間が必要

父の協力が必要な理由

② 十分な量の食事・母乳が得られるため

【一般】 母は畑に行ったり、仕事をしたりで忙しい
【栄養良好児】 母に育児に掛ける時間があった



なぜなら...

父が母の代わりに畑に行く、家事を手伝う、育児の資金を工面
＝父が母の育児の時間を作り出していた



**父の理解があることで、母に時間ができ、子に十分量の食事・母乳を
与えることができるのでは？！**

父の協力が必要な理由

② 十分な量の食事・母乳が得られるため

【栄養不良児】 父の食事の後でしか、他の家族は食事を食べられない
母に時間があっても、父が朝食を食べなければ子も食べられない



子の食事回数が減る



1日の必要量の食事を得られない

【栄養良好児】 父の理解あり、子は適切な時間に食事を得られていた

父の理解があることで、子は十分量の食事を摂ることができるのでは？！

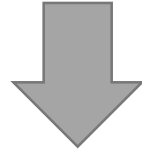
阻害因子

食事のビリーブ

子どもがフレッシュフィッシュを取り過ぎると下痢になる

⑤ まとめ

父が食事分配を許し、母に時間を作ることで、
栄養状態は改善する



栄養改善は、家族みんなの課題！！

ご清聴ありがとうございました。