

令和6年12月25日
プレコンセプションケアの提供のあり方に関する検討会

プレコンセプションケアに対する
現状の取り組みと課題について

誰一人取り残さない持続可能な社会の実現に向けて
日本栄養士会は、**栄養の力で人々を健康に、幸せにするための活動を展開**

委員名：阿部 絹子



公益社団法人

日本栄養士会

「世代の循環」次世代につながる栄養政策の推進

個人の
ライフステージ



妊娠(胎児期) → 乳幼児期 → 学童期 → 思春期 → 成人期 → 高齢期

栄養・食生活
課題

・妊娠中の適切でない体重増加
・低出生体重児

・小児肥満
・偏食
・食物アレルギー

・若い女性のやせ
・貧血
・若い男性の肥満

・メタボリックシンドローム
・肥満、高血圧
・糖尿病、脂質異常症

・フレイル・認知症
・口腔機能低下
・低栄養

家庭

保育施設・就学(学校)

就労(職場)

地域包括

全ライフステージの様々な栄養・食生活の課題の改善に管理栄養士・栄養士が関与

多様な
職域で
活動

集団給食施設(保育施設・学校・事業所・病院・介護施設等)・自治体・企業・教育機関など

特別な栄養管理が必要な人を対象とする特定給食施設の給食管理・栄養管理

医療・介護・障害福祉分野における傷病者を対象とした栄養管理、栄養食事指導

災害時における被災者への栄養・食生活支援、栄養管理

著しい社会環境の変化や人びとのニーズの多様化、複雑化を踏まえて、さらに管理栄養士・栄養士が行う栄養関連事業の充実強化を図ることが必要であり、プレコンセプションケアもそのひとつである

病院やクリニック等の
医療施設

21,090人

43 %



医療

介護保険施設・障がい福祉施設
児童福祉施設

10,317人

21 %



福祉

小中学校
学校給食センター

3,442人

7 %



学校健康教育

都道府県庁、
市町村、保健所

3,940人

8 %



公衆衛生

企業・事業所・薬局
フリーランス・起業

7,583人

16 %



勤労者支援 地域活動

管理栄養士・栄養士
養成施設
研究機関

2,655人

5 %



研究教育

● (公社) 日本栄養士会の多様な視点からの情報発信

デジタル技術の有効活用 「ホームページ」

- 国民が抱えている健康・栄養・食生活の不安を可視化し、国民のニーズに寄り添う視点から情報発信

科学的根拠の発信・活動紹介 「日本栄養士会雑誌」

- 管理栄養士・栄養士の役割と機能の向上に向けた先進的な取組の発信
- 企業との連携・多領域の最新情報の発信

栄養の日

たのしく食べる、カラダよろこぶ

8/4 栄養の日 8/1-7 栄養週間

栄養のことが
わかる、楽しくなる

栄養Wonder



- 楽しく食べて、未来のワタシの笑顔をつくるきっかけの日
全国の管理栄養士・栄養士とともに、国民のみなさんの「栄養を楽しむ」生活を応援

日本栄養士会災害支援チーム (JDA-DAT)

- 国内外で大規模な自然災害の発生時の栄養・食生活支援活動
- 平時は、災害対策活動などへ協力
防災意識の醸成等の活動

公益社団法人
日本栄養士会



全国的な広報活動 ～栄養の日・栄養週間・栄養ワンダー～

○取組内容

管理栄養士・栄養士の活動の場で国民運動として活動

- 管理栄養士・栄養士でなければできない、エビデンスに基づいた情報提供
- 栄養の専門職が一丸となって、世界に「**栄養のチカラ**」を届けるよう、**国民との接点**を発信

■ 8月4日は、**栄養の日**！

たのしく食べて、未来のワタシの笑顔をつくるそのきっかけの日。

■ 8月1日 から7日を「**栄養週間**」

全国の管理栄養士・栄養士とともに、国民のみなさんの「**栄養を楽しむ**」生活を応援！

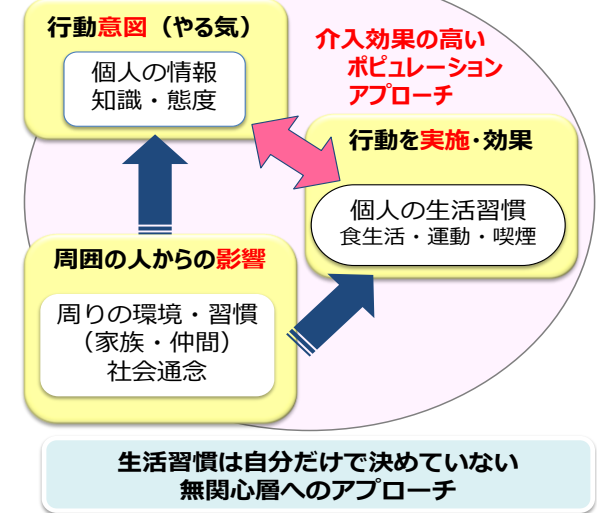
栄養 Wonder

- 病院、福祉施設、学校、企業、フリーランスの管理栄養士・栄養士が活動先において、施設利用者や地域住民を対象に「**栄養に関するイベント**」を開催



無関心層の行動変容へのアプローチ

- 国民の健康課題に応じ**科学的根拠に基づいた**栄養・食生活のテーマを設定して展開



科学的根拠の発信・活動紹介～日本栄養士会雑誌～

○取組の内容

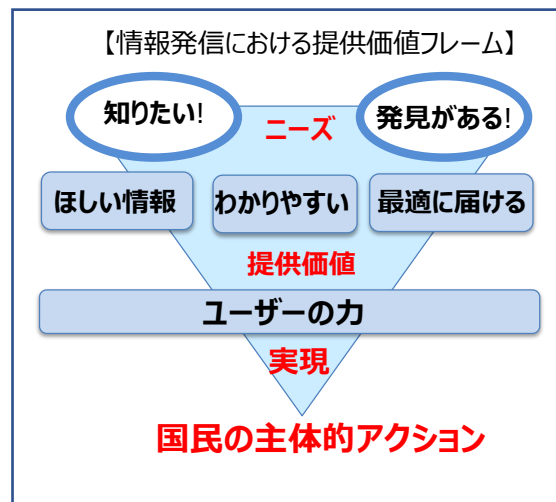
日本栄養士会雑誌の目的・役割

- **コンテンツ** ➢ 環境の変化や新たな社会的ポリシー等を迅速にキャッチして掲載
- 身近な取組、人、地域を紹介し、手に取り、読んでもらう
- 専門的な情報の入手へとつなげるツールとして活用

- 管理栄養士・栄養士および保健・医療・福祉・教育等の分野の専門職種だけでなく**広く国民に信頼できる健康・栄養関連情報**をわかりやすく提供する
- **実践の場の好事例を厳選して紹介**し、PDCAに基づいた事業展開を学ぶ
- 第一線で活躍する次世代の管理栄養士の働き方、考え方、ライフスタイルの紹介し啓蒙とモチベーションアップ
- エビデンスベースの学術的内容を解説/栄養学的、臨床医学的知識等最新情報を発信/学術研究報告の投稿

毎月・年12回
53,000/月

○取組の内容



視点 1 国民の抱えている不安やニーズに寄り添う視点から栄養・食生活の情報発信

- 栄養の日・栄養習慣「特設サイト」
- NU+読む栄養補給 ニュース「世代別/健康・美容/病気・症状」

視点 2 専門分野の正しい情報を分かりやすく取得してもらう視点から情報発信
政府や団体等の最新の業界ニュースを逐次発信

- 管理栄養士・栄養士のみなさまへ「実践情報」
- 栄養業界ニュース

視点 3 管理栄養士・栄養士の活動を発信、多領域の方とのコミュニケーションにつなげる

- 特集「トピックス」
- 学生のみなさまへ「就活」と「働く」

管理栄養士のキャリアアップ【特定分野別 認定制度】

特定分野における実践活動において、より優れた成果を生むことができる管理栄養士を認定

食物アレルギー分野管理栄養士・栄養士

近年、小児期の食物アレルギー罹患率は増加傾向にあり、医療機関はもとより、特定給食施設、行政、研究・教育施設など多分野で活躍する管理栄養士・栄養士に対して、食物アレルギーに関する正しい知識と対応技術が求められている

小児栄養分野管理栄養士・栄養士

こどもの成長・発達に影響する因子は様々あり、なかでも栄養の質と量は重要ある。こどもの栄養は胎児期からスタートしており、その母体である母親の妊娠中、**妊娠前からの食事指導・支援（プレコンセプションケアも含む）に関する正しい知識と対応技術**が求められている

栄養ケア・ステーションを活用した栄養・食事指導

○取組内容

栄養ケア・ステーションの仕組み

- 食・栄養の専門職である管理栄養士・栄養士が所属する、**地域密着型の拠点**
- 地域住民の方はもちろん、医療機関、自治体、健康保険組合、民間企業、保険薬局などを対象に管理栄養士・栄養士を紹介、用途に応じた**さまざまなサービスを提供**

サービス内容

毎日の食・栄養について、管理栄養士・栄養士が**直接的にサポート**します。



食・栄養に関する相談
食事・健康面をサポート



健診後の食事指導
生活習慣病予防



健康・栄養に関する
レシピや献立の考案



スポーツ栄養に
関する指導・相談



食・栄養に関する相談
(在宅療養・訪問型)



食事や栄養に関する
セミナー・研修会への
講師紹介



企業や自治体、学校
における料理教室の
企画運営



企業向け食品・栄養
成分表示に関する
指導・相談

● **拠点数** (2024.4.1現在)

都道府県栄養士会栄養CS : **110カ所**

日本栄養士会認定栄養CS : **435カ所**

● **登録管理栄養士・栄養士数** **5,205人**

まちかど健康相談室

世代に関係なく、気軽に相談
できる場
地域の医療や福祉と連携して
栄養・食生活のサポート



◆自治体や医療機関等と連携し、**若い世代も気軽に利用し、栄養相談できる場**を目指す

プレコンから始まる人生最初の栄養 ～妊娠前からの不妊治療クリニックの取り組み事例～

HbA1c 正常高値者への栄養指導

リスク

妊娠糖尿病発症率
妊娠高血圧症候群率
帝王切開率
在胎不当過大児率
周産期予後ハイリスク群

○取組の内容

- 介入が必要と判断した不妊治療患者を対象
- 管理栄養士による栄養介入を早期から開始
- 1か月ごとの体重・血圧測定、栄養指導

母親の栄養リテラシー向上のための栄養・食生活支援

○取組の内容

- 婦人科的疾患の有無に加え、妊娠を見据えた上で必要な栄養に関する意識の醸成を促す
- 血液データから見た栄養摂取を踏まえた食生活の改善を提案・支援

ブライダルチェックにおける栄養アドバイス

○取組の内容

- 朝食を食べる習慣がない等の欠食が多い患者への個人に合わせた栄養アドバイス
- 簡単にはじめるものからスタートし、ステップアップできるレシピ等を提案

女性だけでなく男性の栄養状態の把握や2人で取り組むための栄養相談・調理アドバイス
食事体験型教室等、幅広いサポートを目指す

栄養バランスのとれた食事に関する状況

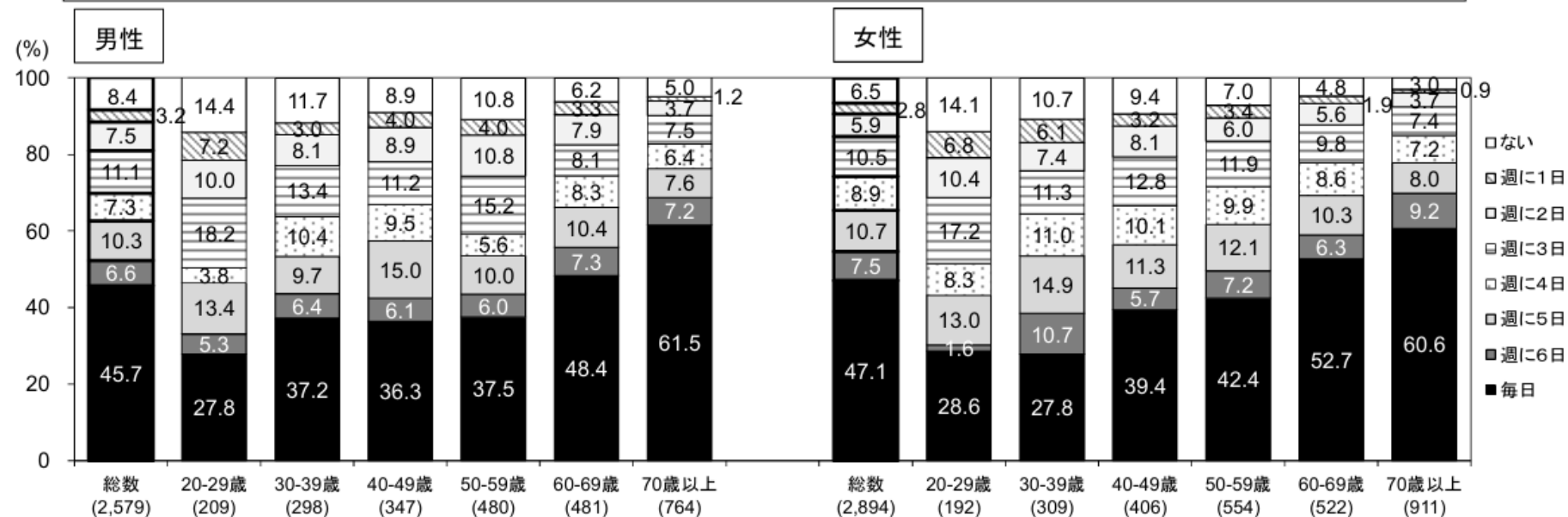
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を毎日1日2回以上摂っている者の割合は、男性45.7%、女性47.1%であり、男女ともに70歳以上で最も高い。

20-29歳では、男性27.8%、女性28.6%で最も低い。

図 16 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度(20歳以上、性・年齢階級別)

問:ここ1ヶ月間の様子についておたずねします。あなたは、主食、主菜、副菜の3つを組み合わせて食べることが1日に2回以上あるのは週に何日ですか。

主食：ごはん、パン、麺類などの料理、主菜：魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品を主材料にした料理、副菜：野菜類、海藻類、きのこ類を主材料にした料理



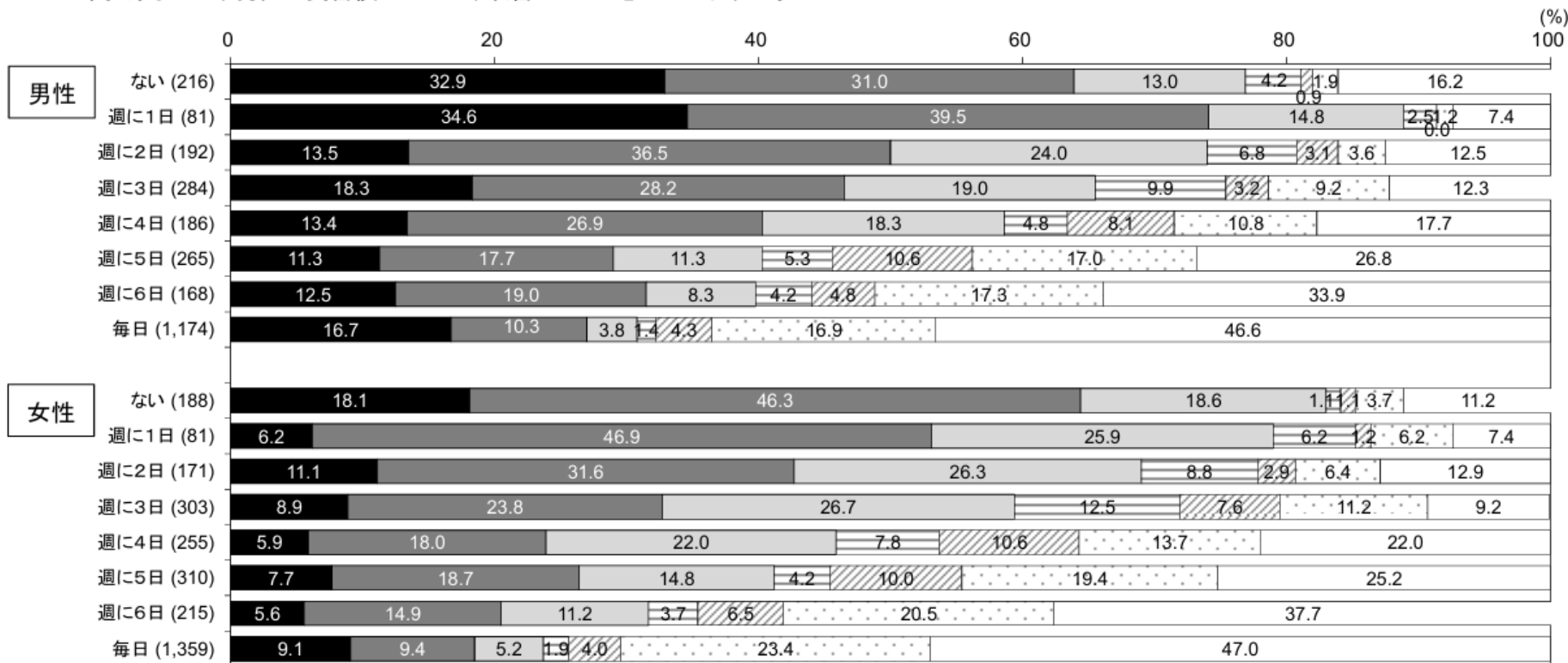
(参考) 「健康日本 21(第三次)」の目標 バランスの良い食事を摂っている者の増加
 目標値: 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合 50%

栄養バランスのとれた食事に関する状況

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度別に食習慣改善の意思をみると、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上摂っている日が週に1日もない者や、週に1日の者では、「改善することに関心がない」、「関心はあるが改善するつもりはない」、「食習慣に問題はないため改善する必要はない」の割合の合計が、男性では約8割で、女性では6割を超えている。

図 17 主食・主菜・副菜を組み合わせて食べる頻度別、食習慣改善の意思(20歳以上、男女別)

問:あなたは、現在の食習慣について、改善したいと思っていますか。



- 改善することに関心がない
- 関心はあるが改善するつもりはない
- 改善するつもりである(概ね6ヶ月以内)
- 近いうちに(概ね1ヶ月以内)改善するつもりである
- 既に改善に取り組んでいる(6ヶ月未満)
- 既に改善に取り組んでいる(6ヶ月以上)
- 食習慣に問題はないため改善する必要はない

※上段、問「あなたは、現在の食習慣について、改善したいと思っていますか。」の結果とのクロス集計。

【現在の取組について】

- **課題**：管理栄養士・栄養士の多様な職域において、生涯を通じた次世代につながる栄養政策の推進に取り組んでいるが、**無関心層の多い「若い世代」をターゲット**とした活動の展開が課題である
- **重視していること**：情報が氾濫する中で、多様な視点から**エビデンスに基づいた食や栄養に関する正しい情報**を、国民によりわかりやすく、**楽しく発信**し、日常生活の中で活用できるコンテンツを検討している
また、職能団体として、**会員が自らの職域において、主体的に活動**できるための知識や技術習得を支援している
- **今後の方向性**：生活スタイルや食生活の変化、情報のデジタル化の加速など、新たな社会環境を踏まえて、**「若い世代」のニーズとデマンドにも応じたプレコンセプションケアに関する情報発信の強化**が必要である
そのため、賛助会員をはじめ**民間企業などと連携**した取り組みを検討する
また、栄養ケア・ステーションが自治体や医療機関等と連携し、**「若い世代」も気軽に利用し、栄養相談できる場**を目指す