



母子に一番優しいまちを目指した取り組み 母子健康調査を知っていますか

問合せ 健康づくり推進課（4西3 であえーる岩見沢3階） ☎ 25-5540

母子健康調査は、北海道大学と協力して子どもの成長や発達に及ぼすさまざまな要因を明らかにし、未来の子どもたちにより良い環境をつくることを目的に行っている調査です。

調査にご協力いただいた方には、食習慣の栄養アドバイス、母乳の栄養価、腸内環境を整えるビフィズス菌の割合などをお伝えしています



調査項目

妊娠段階や子どもの成長時期に合わせて調査を行います。

生活習慣・食事	質問票を使って食習慣や生活習慣、病歴などを聞きます
母乳・便	医療機関や自宅で採取したものを調査します
健診などの情報	カルテ情報や母子健康手帳などから健康情報を入手します

※この他、血液や尿などは健診と合わせて採取し調査します。

いただいた情報は、北海道大学などの研究機関で分析

母乳

母乳は赤ちゃんが育つための大切な栄養

自分の母乳に含まれるエネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物の濃度が分かる

母子健康一口メモ（母乳）

妊娠中や母乳育児中は、普段より多くの栄養が必要です。例えば、厚生労働省の日本人の食事摂取基準（2020年版）では、母乳育児中のたんぱく質摂取推奨量は1日70グラムと定められており、普段よりも20グラム多く摂取することが勧められています

調査に協力するとこんなことが分かる



北海道大学医学研究院教授
北海道大学 COI-NEXT 研究リーダー
玉腰 暁子 先生

便

腸内環境はお母さん・子どもの健康のバロメーター

自分や子どものお腹の中に含まれるビフィズス菌の割合が分かる

母子健康一口メモ（便）

私たちの腸の中には、数百種類、約40兆個の細菌がすんでおり、それらの腸内細菌は全身の臓器や肥満、免疫反応などにも影響を与えているとされ、腸内細菌をバランス良く保つことが健康のカギと考えられています。腸内細菌は食事の影響を受けるため、健康調査では、それらの関係も調査しています

▼ たんぱく質を含む食品例 ▼

6.6g



牛乳1杯
(200ml)

18.0g



鮭1切
(80g)

7.3g



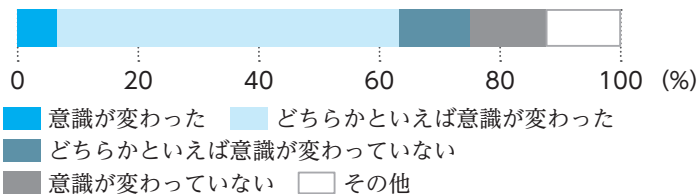
卵1個
(Mサイズ)

出産時にアニバーサリーカードをプレゼントするなど、参加特典もあります

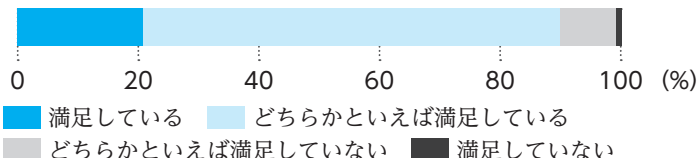


参加者の声（アンケート結果）

● 栄養アドバイスを受け取って、食生活や健康管理の意識が変わりましたか？



● この調査の満足度はいかがですか？



対象

市内の病院で出産を予定している方

参加方法

保健センターで母子健康手帳を交付する際に、調査の説明をします。調査の趣旨や内容を理解いただき、調査に同意すると参加できます

母子健康調査は令和3年に「第3回日本オープンイノベーション大賞」と「第9回プラチナ大賞：総務大臣賞」を受賞しています

