

食を通じた妊婦と胎児の健康管理に関する歴史的変容

－『母子健康手帳』における栄養の記述を中心に－

Historical Transition of Nutritional Management in Pregnancy:

Based on an Analysis of the Maternal and Child Health Handbook

大淵 裕美

Yumi Ohbuchi

要旨 (Abstract)

本稿では、公的メディアのひとつである母子健康手帳に着目し、国家による食と栄養を通じた妊婦と胎児の健康管理が時代とともにどのように変化してきたのかを検討した。栄養に関する記述内容及び形式と呼称の変化に着目して検討した結果、以下のことが明らかとなった。まず、栄養に関する記述は、1960年代前半までは、「妊産婦の心得」の1項目として位置づけられていたが、1965年から1980年代にかけては、栄養学の知識普及と妊婦の異常防止に力点が置かれた。1990年代になると、妊婦の体重超過に着目した注意事項が記載されるとともに、胎児の異常を未然に防ぐことが啓発され始める。そして、2000年代後半において、適切な体重増加量の数値や、食事の摂取方法に関する具体的な目安が示されるだけでなく、食中毒のようにあらゆる食べ物が妊婦と胎児に対してリスクとなることを、専門用語を駆使して説かれるようになった。一方、呼称の変化については、1990年代以降に「母体」や「お母さん」といった表現が使用され、妊娠中の女性こそ栄養に関する責任主体であるとするメッセージが一層強化された。

以上を踏まえると、母子健康手帳における栄養の変遷は、妊婦にとって3つの意味があると推察される。第一に、記述量と留意事項の増加は、国家が示す栄養を通じた望ましい妊婦像が、時代とともに高度化していることを示している。第二に、記述内容の科学化は、読み手に高度な知識を要求するため、妊婦間における理解の格差を引き起こす可能性がある。第三に、呼称の女性化は、妊娠期の栄養に関しては女性こそが責任主体であると国家がみなしていることを意味する。このことは、栄養と女性の結びつきを強化するジェンダー化作用のみならず、妊婦や胎児の健康状態に影響する諸要因の複雑性や社会的責任を隠蔽し、妊婦の自己責任へと矮小化する作用もあるだろう。

キーワード：妊婦、胎児、栄養、母子健康手帳

I. 研究の背景

食事とは、私たちにとって最も身近な日常生活実践である。ミクロな観点から捉えると、個人の嗜好やライフスタイルに基づいて自由に取捨選択可能な側面がある一方で、マクロな観点に立つと、国民を統制する有用な手段の一つとして用いられる側面がある。日本においても、近代化の過程において、食事は身体の訓練や管理とより強固に結びつけられ、国家や医療による統制の重要な手段となっている (Turner1984=1999, 村田2001)。とりわけ、食

を通じた健康管理を支える学問領域の一つである栄養学は、その誕生以降、主に女性と密接に結びついて展開してきた。村田（2000）はジェンダー論の視点から、栄養学の誕生期である明治・大正期のテキスト分析を行っている。栄養学という学問は、衛生学や生殖をめぐる技術など、国家が世帯単位で諸個人の生命を管理してゆくための技術のひとつであり、家族はその管理のための単位で、〈母〉はその管理の網の目を社会のすみずみまでいきわたらせるために不可欠なエージェンシーであったと指摘する。それでは、このような国家による諸個人の健康管理が、妊娠期においてどのように行われ、語られてきたのだろうか。本稿では、国家による妊婦と胎児の健康管理の歴史の変遷について母子健康手帳の記述を手がかりに検討する。その作業を通じて、国家のまなざしが妊婦にもたらす意味を明らかにしたい。

ではそもそも、母子健康手帳を分析の対象とするのはなぜか。それは母子健康手帳とは、妊娠届を出した妊婦に必ず配布される最も代表的な公的メディアだからである。妊娠中の食生活や栄養に関しては、新聞や育児書などのメディア、医療従事者による妊婦健診や保健指導、さらに母親や親戚、友人といった出産経験者からの体験談など、多様な情報源から多様なメッセージが発信される（大淵2013）。その中でも、母子健康手帳は、妊婦に向けられた国家からのメッセージと位置づけることができよう。公的メディアとしての母子健康手帳の分析を通して、国家が示す栄養に配慮した理想の妊婦像がどのように変化してきたのかを検証することができるだろう。

II. 先行研究の検討と本稿の課題

妊娠期における栄養に関する歴史の変遷については、管見の限り研究が非常に少なく、坂本めぐみ（2004）を取り上げる程度である。坂本は、昭和期以降における栄養所要量、医学教育・看護教育の教科書、専門雑誌の分析を通じて、妊娠期の栄養の変遷について検討している。まず、栄養所要量については、1941（昭和16）年に発表されて現在まで改正が繰り返されているが、名称や策定方法、策定栄養素、所要量、妊婦の体位や対象年齢等が、時代によって異なっていると述べる。次に、医学教育・看護教育における妊娠期の栄養や栄養指導に関してである。終戦後の1940（昭和20）年代後半は栄養所要量、栄養指導、妊婦への指導方法が個々の教科書で差があったが、1950（昭和30）年代後半以降になると各時代の栄養所要量の記載に関しては共通して見られるようになったと指摘する。最後に、妊婦の栄養研究の動向についてである。1940年代は栄養要求量の策定に関わる研究が多く、1950年代では保健所での調査が中心となる。1960年代では、栄養調査の実施により、全国的な妊婦の状況や地域間での格差が解明された。1970年代になると、貧血などの合併症や、産後の食事などとの関係の調査研究が増加し、1980年代には、鉄やカルシウム不足の問題に加えて、熱量の過剰摂取が新たに浮上し、食事と体重増加や分娩の諸要因との関係を解明する研究が増加する。さらに、1990年代以降は一般生活要因との関連に焦点が当てられるようになった（坂本2004）。

坂本の研究は栄養政策や、妊産婦に関わる専門家の教育内容、栄養研究の変遷を明らかにした点で意義深いものである。しかしながら、このような栄養政策や栄養研究を背景としながら、国家が妊婦に向けてどのような情報を発信してきたのかについては明らかにされていない。

一方、公的メディアとしての母子健康手帳に着目して母親規範との関連を明らかにした研究がある。元橋（2014）は、母子健康手帳の戦中から2012年までの内容と形式の経年比較分析を通して、現代の母親規範がどのようなものなのかを検討した。その結果、以下のことを明らかにした。1990年代から2000年代を通じて、「母親」という呼称が中性化した「親」に代わり、一見育児を性中立的なものとして志向するようになった。しかしながら、その一方で1970年代から現在に至るまで、子ども中心のより高い育児水準を求める内容に変化している。さらに、1990年代

には、手帳所有者に自らの内面を書き込ませるページの割合を増加させ、育児を内省させるという形式上の変化が見られた。以上より、元橋は、現代の母親規範は当事者の選択や意志を強調し、母親に対して重い負担をかけていることを明らかにした。元橋の研究は、公的メディアとしての母子健康手帳の記述の変化を母親規範との関連を明らかにした貴重なものであるが、主に育児期の言説分析が中心になされており、妊娠期の栄養に関する記述が母子健康手帳においてどのように変化したのかについては検討の余地が残されている。

そこで本稿では、坂本と元橋の知見を踏まえ、栄養に関する記述内容及び形式と呼称の変化に着目しながら母子健康手帳における妊娠期の栄養の変遷を検討する。そのことを通じて、妊婦に対する国家のまなざしの変化が何を意味するのかを考察する。具体的には、1942年から2012年度改訂までの栄養に関する記述の変化を官報および厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課長通知（以下母子保健課長通知）を用いる。母子健康手帳は1942年より17回の改訂を重ねている（元橋2014：36）が、本稿では、全面改訂が実施された年（1942、1948、1953、1966、1976、1987、1992、2002、2012年）に加えて、栄養に関する記述の改訂が実施された年（1950、1981、2007年）を対象とする。なお、母子健康手帳に関する事業は、1992年以降は市町村に移譲され、市町村の裁量による付け加え等が可能な任意記載様式部分と法令様式第三号によって定められた法令様式部分に分かれる。1992年以降は、栄養に関する内容は任意記載様式部分に該当するが、市町村に移譲されたとはいえ、改正のたびに国が専門家の意見を踏まえて作成された見本が母子保健課長通知として出される実情がある⁽¹⁾。そこで2002年から2016年の母子保健課長通知についても分析対象とする。

Ⅲ. 母子健康手帳における栄養の変遷

1. 「妊産婦の心得」としての栄養と胎児の発育への配慮（1940年代～1960年代前半）

母子健康手帳の前身である「妊産婦手帳」は、戦時下の1942（昭和17）年に、厚生省令として「妊産婦手帳規程」が制定・施行されたことからその歩みを開始する。その目的は、妊産婦の保健指導及び保護の徹底化であった（厚生省五十年史編集委員会1988：370）⁽²⁾。妊婦の健康を支える重要な要素の1つである「栄養」に関する記述は、「妊産婦手帳」の当初から存在していた。10項目からなる「妊産婦の心得」⁽³⁾の第3番目には、次のように書かれている。

野菜ヤ魚ヤ肉ナドヲホドヨクトリ合ワセテ食ベルコトガ大切デス。成ルベク滋養ノ多イモノヲ食ベコナレノ
ワルイモノヤ、カラシ、ワサビノ様ナキツイモノハサケテ下サイ⁽⁴⁾

ここでは、野菜、魚、肉といった食材を組み合わせることの重要性を説くとともに、「滋養」「食ベコナレノワ

(1) 平山宗宏「愛育ねっと2002年2月解説／平成14年度からの母子健康手帳の改正について」(http://www.aiiku.or.jp/aiiku/jigyo/contents/kaisetsu/ks0202/ks0202_1.htm, 2016/8/25アクセス)。

(2) 母子保健の重視は、1938（昭和13）年に厚生省が設置された2年後の1940（昭和15）年に、政府が「基本国策要綱」として「国是遂行ノ原動力タル国民ノ資質、体力ノ向上ニ人口増加ニ関スル恒久的方策」が樹立されるべきもの、と掲げたことに象徴される（厚生省五十年史編集委員会1988：344）。1941（昭和16）年には閣議決定「人口政策確立要綱」によって、出生増加方策として、妊産婦、乳児等の保護制度の樹立が謳われた（厚生労働省児童家庭局母性衛生課編1991：71）。つまり、「女性に期待されたのは何よりも『産児報国』、すなわち生殖機能を通しての人的資源の供給」（荻野2008：121）であった。

(3) 「妊産婦の心得」は、産婦人科学会の長老であり、杉田玄白の弟子筋という家系でもある木下正中が、当時厚生省母子衛生課長を務めており妊産婦手帳の生みの親でもある瀬木三雄に依頼されて執筆したものである（母子保健史刊行委員会編1988：55-56）。

(4) 官報第4651号・1942年7月13日：283

イ」(=消化の悪い)「キツイ」(=刺激の強い)という表現で摂取の推奨と禁忌が示されている。

第二次世界大戦後には、妊産婦手帳は母子手帳と名前を改めて交付されることになる。1947(昭和22)年12月に制定された児童福祉法により、保健所を中心として、妊娠の届出と届出者に対する母子手帳の交付が制度化される(厚生労働省児童家庭局母子衛生課編1991:80)。翌1948(昭和23)年に、母子手帳の様式が定められたが、そこには妊婦の栄養に関する注意事項等は記載されておらず、「妊産婦の心得」も含まれていなかった⁽⁵⁾。栄養に関する内容が再度掲載されたのは、1950(昭和25)年の第1次改正である。「妊産婦の心得」が再登場し、栄養については、第2番目に以下のように記されている。

妊婦の栄養。妊娠中は胎児の発育の為にも十分な栄養が必要です。迷信にとらわれず、妊娠中もお産の後も、野菜や魚肉など栄養価のあるものを程よく取り合わせて食べましょう。⁽⁶⁾

「妊産婦手帳のときと標題は変わっておらず、内容的にもかなり共通している」(社団法人日本助産婦会編1986:22)との本多洋の指摘を待つまでもなく、記述内容には大幅な変化は見られない。しかしながら、注目すべき点が3箇所ある。まず、「胎児の発育の為にも」とあるように、栄養が胎児の発育と結びつけられて明記された点である。このことは、妊婦の栄養摂取が胎児にとっても非常に重要であること妊婦当人に意識化させている。次に、「迷信にとらわれず」とあるが、各地域における習俗・風俗に基づく食物の禁忌・推奨を「迷信」と位置づけ、それに縛られるのではなく新しい知識に基づいた行動を勧めている。さらに、「お産の後も」という記述から、栄養への配慮は、妊娠中にとどまらず出産後も継続して行う必要性を妊婦たちに示唆している。なお、消化の悪いものや刺激物の摂取の回避に関する記述は、本改正では削除されている。

1953年に行われた第2次改正(昭和28年3月31日厚生省令第76号)では、栄養の項目は「妊産婦の心得」の第1番目、つまり冒頭に記述された(図1)。

1. 栄養 妊娠中は胎児の発育のためにも、お乳を十分出すためにも、ふだんより沢山の栄養が必要です。迷信にとらわれず、妊娠中もお産の後も、肉・魚・野菜など栄養のあるものを程よく取り合わせて食べましょう。⁽⁷⁾

この改正では、2つの事柄が新たに追記された。ひとつは「お乳を十分出すためにも」である。栄養が出産後の授乳、つまり乳児の発育を可能にするためにも重要であることが示された。もうひとつは、「ふだんより沢山の栄養が必要」という記述である。「沢山」という表現からは、栄養の量を増やすことを意味するのか、あるいは栄養の種類

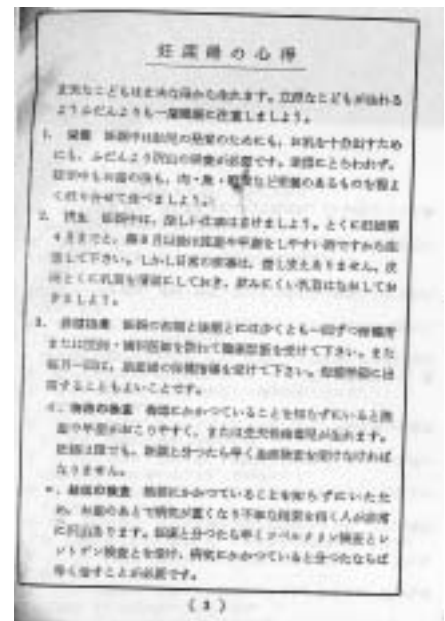


図1 1953(昭和28)年版の「妊産婦の心得」⁽⁸⁾

(5) 官報第6408号・1948年5月28日:179-185。

(6) 官報第6963号・1950年3月30日:367。

(7) 官報第7868号・1953年3月31日:677。

(8) 1961年に神奈川県で発行された母子手帳。Mさんより提供いただいた。

を増やすことを意味するのは判別できないが、非妊娠時よりも栄養の種類や量を必要とすることを示している。

妊産婦手帳から母子手帳といった約10年間だけでも、栄養の記述が「妊産婦の心得」の冒頭に記述されるようになり、栄養が胎児や乳児の発育と結びつけられるようになった。このことから、栄養が妊産婦の注意すべき事柄として、特に胎児や乳児との関わりにおいて重要視されていったといえるだろう。

2. 栄養学に基づく知識普及と妊婦の異常防止としての栄養（1960年代後半～1980年代）

栄養に関する項目に大きな変化が見られたのは、1965（昭和40）年である。同年に成立した母子保健法第15条・第16条において、妊娠の届出及び母子健康手帳の交付について定められた。母子手帳は「母子健康手帳」に名称を変え、1966（昭和41）年5月7日（厚生省告示第236号）に交付される。ページ数も母子手帳時代の36ページから46ページに増加した（厚生労働省児童家庭局母性衛生課編 1991：88）。

1965年改正の最も大きな特徴は、栄養学の用語に基づいた表記とその知識普及に力点が置かれている点である。先にみたように、妊産婦手帳から母子手帳にかけて、栄養は「妊産婦の心得」の中に数行書かれる程度であった。それに対して、母子健康手帳では、「妊産婦の栄養のとり方」として1ページ設けられた⁽⁹⁾（図2）。

「妊産婦の栄養のとり方」は、6項目からなる注意事項と「妊産婦に特に必要な栄養素とそれを多く含む食物」という2つの内容に大別される。6つの注意事項は、大きく通常の妊娠経過における推奨・制限と、妊婦の身体に異常が見られた場合の制限に分けられる。

通常の妊娠経過における推奨・制限であるが、食事の回数や量について、「普段より一食分くらいの量を余分にとるように」という指示があるだけでなく、母子手帳時代とは大きく異なり「偏食せず」「間食を増やし」「副食を多く」「海藻類」「油類」などといった、栄養学の専門用語に基づく指示が見られるようになる。加えて、「消化のよくないもの、しげき性の強いもの」も控えるようにという妊産婦手帳時代に記載されていた内容が再登場する。

妊婦の身体に異常が見られた場合の制限とは、主に妊娠中毒症である。妊娠中毒症は、妊産婦手帳の時代から継続して注意されている症状であるが、母子健康手帳で初めて「むくみ・高血圧・蛋白尿等」といった具体的な症状と「妊娠中毒症」という病名、さらに「塩分と水分をなくし、しげき性のものはとらないように」という制限すべきものが結びついた内容となった。

母子健康手帳で初めて登場した「妊産婦にとくに必要な栄養素とそれを多く含む食物」では、「栄養素」「多く含む食物」「主なはたらき」が表形式となっている。栄養素は、蛋白質、カルシウム、鉄分、ビタミン群（A、B1、



図2 母子保健法成立時の「妊産婦の栄養のとり方」⁽¹⁰⁾

⁽⁹⁾ 官報第11817号・1966年5月7日：47。

⁽¹⁰⁾ 1972年に奈良県で発行された母子保健手帳。Fさんより提供いただいた。

B2、C) が挙げられ、どのような栄養素がどのような食物に多く含まれ、それを摂取すると体内でどのような作用があるのかの関連が一目でわかるようになっている。さらに、「鉄分」が「貧血の予防」という妊婦の身体の異常を防ぐ作用があることも初めて明示化された。ただし、1965年改定では、「胎児の発育」という記述が削除されており、胎児を意識させることよりも、栄養学の知識そのものの普及と、妊婦の身体異常と栄養との関連の普及に主眼が置かれていたといえるだろう。このような傾向は、1991年の改正まで続いた。

1976（昭和51）年の母子健康手帳交付後初の全面改定⁽¹¹⁾では、栄養バランスへの留意を食品分類と関連付けた点と、貧血・妊娠中毒症という妊婦の異常を未然に防ぐための栄養や食事の提示がより鮮明になった点が大きな特徴である。具体的には、妊娠中の栄養に関する項目は、「妊娠中の栄養のとり方」と「4つの食品群と1食の目安」の2ページと増加した（図3）。注意事項が列挙されている「妊娠中の栄養のとり方」では、「栄養バランスのとれた食事を」、「貧血予防のために」、「妊娠中毒症の予防のために」という3項目が初めて設けられる。これらの項目は2012年の改正以降も続いている内容であり、1976年改正は、母子健康手帳の栄養に関する記述の土台となったともいえる。

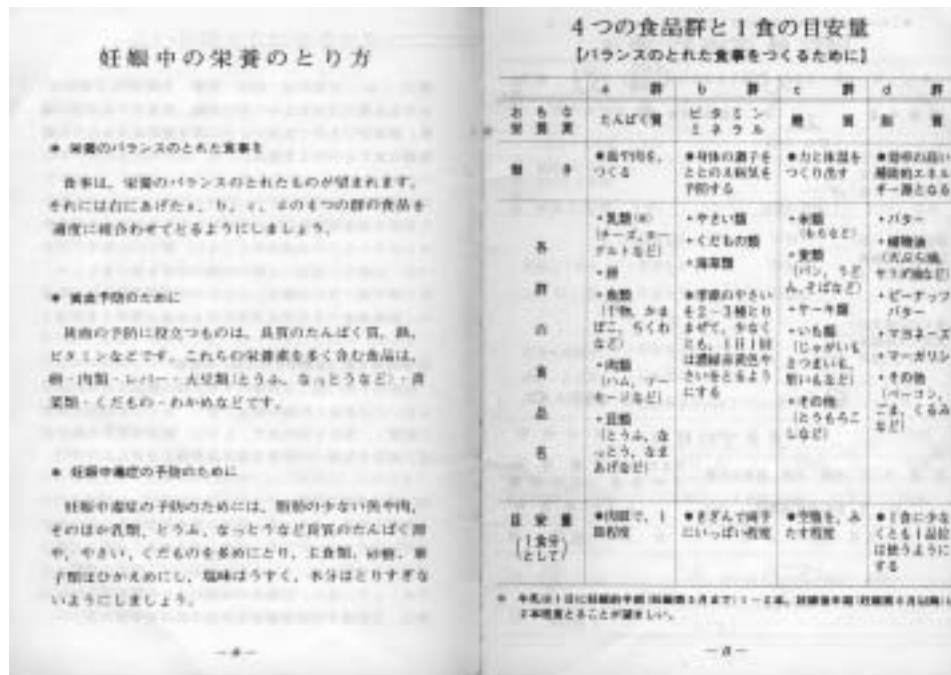


図3 1976年改定後の「妊娠中の栄養のとり方」と「4つの食品群」⁽¹²⁾

まず、「栄養バランスのとれた食事を」についてみてみよう。ここでは、「食事は、栄養のバランスのとれたものが望まれます。それには右にあげた a、b、c、d の4つの群の食品を適度に組み合わせてとるようにしましょう」と書かれており、「4つの食品群と1食の目安」と連動する内容になっている。

(11) 改定作業に際して、日本総合愛育研究所副所長であった内藤寿七郎を代表とする「母子健康手帳の活用に関する研究班」が設置された（厚生労働省児童家庭局母性衛生課編1991：92）。この研究は、2年にわたる日本総合愛育会研究所の特別研究として位置づけられた（恩賜財団母子愛育会五十年史編集委員会1988：410）。総勢21名の構成員のうち、栄養については、日本母性保護医協会常務理事の斎藤幹、愛育研究所研究第1部の本多洋、千葉大学看護教員養成所の前原澄子で作業委員会が構成され、それを愛育研究所研究第4部の山内愛が援助する形態だった（内藤他1974：2）。なお、本多が所属していた研究第1部は母性保健を専門とし、山内が所属していた研究第4部は栄養を専門とする部門だった（恩賜財団母子愛育会五十年史編集委員会1988：404-406）。

(12) 1979年に群馬県で発行された母子保健手帳。Hさんに提供いただいた。

次に、「貧血予防のために」である。先にみたように、1965年改正では、「妊産婦にとくに必要な栄養素とそれを多く含む食物」内に、鉄分が貧血予防に関連するという記述が初めて登場したが、1976年改正では独立した項目として下記のように提示された。

貧血の予防に役立つものは、良質のたんぱく質、鉄、ビタミンなどです。これらの栄養素を多く含む食品は、卵・肉類・レバー・大豆類（とうふ、なっとうなど）・青菜類・くだもの・わかめなどです⁽¹³⁾

最後に、「妊娠中毒症予防のために」は「妊娠中毒症の予防のためには、脂肪の少ない魚や肉、そのほか乳類、とうふ、なっとうなど良質のたんぱく源や、やさしい、くだものを多めにとり、主食類、砂糖、菓子類はひかえめにし、塩味はうすく、水分はとりすぎないようにしましょう」と変更される。妊娠中毒症の症状に関する記載がなくなる一方、何をどのように摂取・制限すればよいかが詳細に記された。

1976年改正から新たに付け加えられた「4つの食品群と1食の目安」であるが、主な栄養素4群がa群「たんぱく質」b群「ビタミン・ミネラル」c群「糖質」d群「脂質」と分類され、続いて、各群の食品名、目安量（一食分として）が表形式で示されている。それぞれ一食分の目安量としては、たとえばa群は「肉皿で1皿程度」、b群は「刻んで両手1ぱい程度」、c群「空腹をみたく程度」、d群「1食に少なくとも1品くらは使うようにする」と、具体的な指示が書かれている。さらに、欄外には、牛乳の摂取量について「妊娠前半期（妊娠第5月まで）1～2本、妊娠後半期（妊娠第6月以降）は2本程度とることが望ましい」と記載されている。

ただし、この「4つの食品群」には疑問が提示されるようになる。厚生省では、従来から、「栄養食品としての『6つの基礎食品』の普及について（昭和33年衛発第251号公衆衛生局長通知）」に基づき、保健所等を通じて栄養食品について6つの分類を指導してきたことから、このページの記述については、多くの自治体から疑義が出され

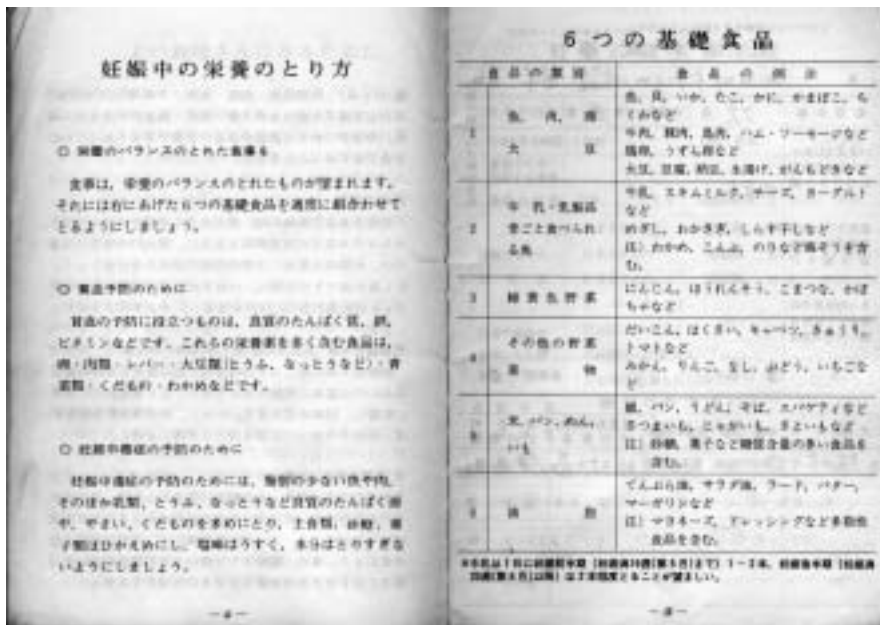


図4 1981年改定後の「6つの基礎食品」⁽¹⁴⁾

⁽¹³⁾ 官報1976年1月17日・号外第2号：3。

⁽¹⁴⁾ 1982年に群馬県で発行された母子保健手帳。Hさんに提供いただいた。

ていた⁽¹⁵⁾。そのため、1981（昭和56）年の母子健康手帳第6次改定（昭和56年3月23日厚生省告示第26号）では、栄養の摂取方法に関する記載が大きな変更点となった。1981（昭和56）年3月2日に栄養教育用「6つの基礎食品」が改定されたことを契機に、母子健康手帳についても6つの基礎食品の考え方を採用することになったのである⁽¹⁶⁾。また、従前の4つの食品群には、「血や肉をつくる」「丈夫な骨や歯をつくる」のように各食品群の働きや、効果が簡単に示されていたが、「食品は本来種々の栄養成分を含んでおり、特定の効能のために使用されるのではなく、この表現を加えることにより誤解を招く恐れがある」「そもそも各食品群の働きを断定的に表現するのは困難であり、また、過剰摂取を招く虞がある」等の観点から、各食品源の栄養的特徴や体内での働きを示さない改正も行っている（厚生労働省児童家庭局母性衛生課編1991：98-99）。この6つの食品群は、若干の修正はありつつも2007年の改正まで実に25年以上使用され続けた。

3. 体重増加の防止・胎児の異常予防としての栄養（1990～2000年代半ば）

1990年代以降の母子健康手帳は、妊婦だけではなく胎児とっても栄養が重要であること改めて喚起する内容となっている。1991年の母子健康手帳改定では、「妊娠中の栄養のとり方」は「妊娠中と産後の食事」に変更される⁽¹⁷⁾。冒頭には、「新しい生命と母体に良い栄養を」という標語が掲げられ、2ページ6項目となった。6項目とは、1976年改正から継続している「栄養のバランスのとれた食事を」「貧血予防のために」「妊娠中毒症予防のために」の3項目に加えて、「体重の増え方に注意して」「酒とたばこの害から胎児を守りましょう」「産後の肥満防止のために」という新項目からなる。「6つの基礎食品」は「栄養のバランスのとれた食事を」の項目内にイラストとして組み込まれた。また、1991年改正において、初めて栄養の内容で「母体」という表現が用いられた。

ここでまず注目したいのは、体重の項目である。母子健康手帳では、これまで体重と食事とを結びつけた記述は見られなかったが、1992年の改正で初めて明示化された。具体的な内容は下記の通りである。

妊娠すると嗜好が変わって、急に甘いものが食べなくなったり、つわりが終わると日ごとに食欲のでる人がいます。食欲にまかせて食べていくと体重がふえすぎてしまいます。胎児の発育による適正な体重増加は必要ですが、太り過ぎはお産が重くなるリスクがあるのでよくありません。食事の内容、とり方、生活のしかたを考えて適正体重を守りましょう。10ページの「体重変化の記録」に毎月体重を記入し、医師や助産師の助言を受けましょう。（厚生労働省児童家庭局母性衛生課編1991：33）

「胎児の発育」が体重増加に関係するため、適正な増加は必要であることを示す一方で、妊婦当人の食欲にまかせた摂取が過度の体重増加を引き起こし、ひいては出産へのリスクを高めると、注意を促している。ただし、適正な体重増加を示す具体的な数値は記されず、体重変化の記録に毎月体重を記入して自己管理をしながら、医師や助産師の助言を受けるようにとの勧めのみが示されている。

もうひとつの重要な変化に着目したい。それは、2002年改正において「新しい生命」のための「良い栄養」とい

⁽¹⁵⁾ 6つの食品群は、第二次世界大戦後に、GHQの栄養指導に従い、アメリカの7つの基礎食品を日本向きに改めたものである（島薮1989：197）。

⁽¹⁶⁾ 官報1981年3月23日・第16245号：7-8。

⁽¹⁷⁾ この母子手帳の改定内容の検討は、1991（平成3）年5月より、厚生省心身障害研究の一環として設置された「母子健康手帳の改定にかんする委員会」が担った。委員長は母子総合愛育会研究所長の平山宗宏だった（厚生労働省児童家庭局母性衛生課編1991：104）。

う意味が、胎児の異常を予防するものとしてより明確に示された点である。この改正では、1992年改正内容の「酒とたばこの害から胎児を守りましょう」に変わって、「神経管閉鎖障害の発症リスク低減のために」という項目が新設された⁽¹⁸⁾。本項目では、「二分脊椎などの神経管閉鎖障害の発生を減らすためには、葉酸の摂取が重要であることが知られています…(中略)…葉酸は、ほうれん草、ブロッコリーなどの緑黄色野菜や、いちご、納豆など、身近な食品に多く含まれています。日頃からこうした食品を多くとるように心がけましょう」⁽¹⁹⁾と、具体的な症状と栄養素とが結びつけて記述された。加えて、「神経管閉鎖障害」や「二分脊椎」という聞きなれない専門用語についての解説が注記された。医学的・科学的用語を駆使しながら、栄養や嗜好品摂取の変容によって胎児の異常を未然に防ぐようにという妊婦へのメッセージが新たに追加されたのである。

4. 栄養に基づく配慮の全方向化・厳密化（2000年代後半～）

これまで見てきたように、母子健康手帳の内容は、1976年改正を土台としながら、妊婦の体重への配慮（1991年改正）、胎児の異常予防への配慮（2002年）と項目が追加され続けてきた。2007年の改正では、さらに、栄養への配慮の全方向化・厳密化が強化される。まず「妊娠中と産後の食事」では、1981年以降使用されてきた「6つの食品群」が「妊産婦のための食事バランスガイド」に変更された（図5）。



図5 2007年改定後の「妊産婦のための食事バランスガイド」⁽²⁰⁾

これは「1日に何をどれだけ食べたらよいかが一目でわかる食事の目安」であり、主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物」の5分類に加え、妊娠経過に応じて摂取量をどの程度増やしたらよいかを、サービング（SV）という新たな食事提供量の概念を用いながら、具体的な料理例とともに提示している。たとえば副菜の場合を見てみよう。非妊娠時は5～6つ（SV）摂取する必要があるが、妊娠初期は妊娠前と変わらず、妊娠中期から妊娠末期・授乳期にかけては「あなたと赤ちゃんのために」「+1」サービング追加するとの記述がある。「あなた」と表現することで、妊婦に語りかける工夫が見られる。料理例を見ると、1つ分は、野菜サラダ、きゅうりとわかめの酢の物、具だく

⁽¹⁸⁾ 「酒とたばこの害から胎児を守りましょう」という項目は、2002（平成14）年改正時に「すこやかな妊娠と出産のために」に移動した。

⁽¹⁹⁾ 「母子健康手帳の様式の改正について」（平成14年1月15日雇児母発第0115001号 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課長通知）

⁽²⁰⁾ （株）母子保健事業団「母子健康手帳（奈良市・2008年度版）」より転載。なお、母子健康手帳はGさんより提供いただいた。

さん味噌汁などが絵で示されている。1976年改正時の「4つの食品群と1色の目安量」で用いられていた「適切な食事量」の発想と通低する部分である。さらに欄外には、バランスガイドのイラストの料理例を組み合わせるとおよそ2200kcalであることなどが示されている。

次に、体重に関する項目は、「体重の増え方に注意して」から「望ましい体重増加量に」へと見出しが変化し、内容も次のように改正された。

胎児の発育による適正な体重増加が必要で、太り過ぎもやせ過ぎもよくありません。望ましい体重増加量は、妊娠前の体型によっても異なります。食事の内容、とり方、生活のしかたを考えて体重の増え方が順調か見守りましょう。推奨体重増加量を目安に、10頁の『体重変化の記録』に毎月体重を記入し、医師や助産師の助言を受けましょう。⁽²¹⁾

1991年改正から一貫していた「太り過ぎ」に対する警鐘から、「太りすぎもやせすぎも良くない」という極端な体重の状態全体に対する警鐘へと大きく変化したことが読み取れる。加えて「妊娠前の体型」という妊婦の個別性を考慮したものになる。さらに、本注意事項に続いて、表1に示した3つの体格区分に応じた「推奨体重増加量」が、妊娠全期間と妊娠中期・末期の2分類で提示された。特に、BMI (Body Mass Index) という専門用語を用いながら、望ましい体重増加量が数値で示されたのである。

表1 体格区分別 妊娠中の推奨体重増加量⁽²²⁾

| 体格区分 | 妊娠全期間を通しての推奨体重増加量 | 妊娠中期から末期における1週間あたりの推奨体重増加量 |
|---|----------------------|----------------------------|
| 低体重(やせ) : BMI18.5未満 | 9~12kg | 0.3~0.5kg/週 |
| ふつう : BMI18.5以上25.0未満 | 7~12kg ^{#1} | 0.3~0.5kg/週 |
| 肥満 : BMI25.0以上 | 個別対応 ^{#2} | 個別対応 |
| ※BMI(Body Mass Index): 体重(kg)/身長(m) ² #1 体格区分が「ふつう」の場合、BMIが「低体重(やせ)」に近い場合には推奨体重増加量の上限側に近い範囲、「肥満」に近い場合には推奨体重増加量の下限側に近い範囲の体重増加が望ましい。 #2 BMIが25.0をやや超える程度の場合は、おおよそ5kgを体重増加量の目安とし、著しく超える場合には、他のリスクなどを考慮しながら、臨床的な状況を踏まえ、個別に対応していく | | |

さらに、胎児の異常予防についても、新たに「魚介類に含まれる水銀について」の項目が追加された。ここでは、「一部の魚介類」には「残留する水銀濃度の高いもの」があり、「妊婦を通じて胎児に影響する恐れがあるという報告」があるため、「一部の魚ばかりにかたよって、毎日たくさん食べることは避けましょう」と注意を促している。「妊婦」と明示することで、妊婦本人こそが水銀濃度の高い魚介類の過剰摂取を回避し、食物を通じた胎児の異常低減に最大限対応する者であるとみなしている。

⁽²¹⁾ 「母子健康手帳の様式の改正について」(平成19年1月23日雇児母発0123001号厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課長通知)

⁽²²⁾ 「母子健康手帳の様式の改正について」(平成19年1月23日雇児母発0123001号厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課長通知)より作成

栄養を通じた胎児の異常予防については、2012年の全面改正においてさらに強化される。新規に追加された「妊娠中の食中毒予防について」では、「食べ物が原因の病気」について言及された。

妊娠中は、免疫機能が低下して、食中毒など食べ物が原因の病気にかかりやすくなっています。また、お母さんに症状が無くても、赤ちゃんに食品中の病原体の影響が起きることがあります。これらの多くは、原因となる細菌やウイルスが付着した食品を食べることによって起こります。日頃から食品を十分に洗浄し、加熱するなど、取り扱いに注意しましょう。⁽²³⁾

これまでのような、特定の栄養素の摂取を進めたり、特定の物質が多く含まれる恐れのある食物の摂取を回避したりするのは傾向が異なる。「食中毒」というどのような食材でも起こりうる「食べ物が原因の病気」を取り上げ、「お母さん」という表現を用いながら妊婦と胎児の双方に対して「細菌やウイルス」といった「病原体の影響」を回避するようにという医学的な注意事項が付け加えられたのである。

最後に、BMIや神経管閉鎖障害などの医学的・科学的な専門用語を用いた記述の増加である。2012年改正では、貧血予防の項目について、「吸収率が高いヘム鉄が多く含まれる」という特定の物質名称とその効果を示す専門的な表現に変更された。加えて、「吸収率」を高める効果を持つ「たんぱく質やビタミンCを多く含む食品」を提示し摂取を推奨している。

いわば、2000年後半以降の母子健康手帳は、妊婦に対して科学的な専門用語を理解した上で多方面にわたる栄養を通じた配慮の必要性を説いているのである。

IV. 結語—母子健康手帳における妊婦の健康管理の高度化—

本稿では、母子健康手帳における栄養に関する記述の分析を通して、食を通じた配慮がどのように変化してきたかを検討してきた。最後に、これまでの議論を1節で示した本研究の課題と関連づけながら要約し、妊婦にとってどのような意味を持つのかを考察する。

妊婦の栄養に関する記述は、1960年代前半までは、「妊産婦の心得」の1項目として位置づけられていたが、1965年から1980年代にかけては、栄養学の知識普及と妊婦の異常防止に力点が置かれた。1990年代になると、妊婦の体重超過に着目した注意事項が記載されるとともに、胎児の異常を未然に防ぐことが啓発され始める。そして、2000年代後半において、適切な体重増加量の数値や、食事の摂取方法に関する具体的な目安が示されるだけでなく、食中毒のようにあらゆる食べ物が妊婦と胎児に対してリスクとなることを、専門用語を駆使して説かれるようになった。坂本（2004）は、1940年代に栄養所要量の研究が進んだと述べるが、母子健康手帳では、2007年改正の「妊産婦のための食事バランスガイド」で栄養所要量に基づく付加量が示されるまでは、栄養所要量との関連が明示されることはなかった。それに対して、妊娠中毒症や貧血については、1965年の「母子健康手帳」の成立時点より記述があり、1970年代より妊婦の身体異常に関する栄養研究が盛んになったという指摘よりも先行した動きだったと言える。体重増加に関しては、1980年代の栄養研究隆盛後である1990年代より母子健康手帳で明記されるようになった。このことから、栄養研究と公的メディアの関係は、研究が先行する場合や、メディアの変化が先行する場合、研究隆盛とメディアの変化にタイムラグがある場合など、複雑な様相が示唆された。

⁽²³⁾ 「母子健康手帳の任意記載事項様式の改正について」（平成24年1月13日雇児母発0113第1号 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課長通知）

次に、栄養に関する対象者の呼称については、1990年代以降に「母体」（1991年改正）「あなた」（2007年改正）「妊婦」（2007年改正）「お母さん」（2012年改正）と明記されるようになった。元橋（2014）は、1990年代以降から母子健康手帳の呼称が中性化したと指摘したが、妊娠期の栄養に関する箇所については、妊娠中の女性こそ栄養に関する責任主体であるとするジェンダー非対称なメッセージが一層強化され、夫や親をはじめとする周囲の存在は、むしろ後景に追いやられている。

以上を踏まえると、母子健康手帳における栄養の変遷は、妊婦にとって3つの意味があると推察される。第一に、記述量と留意事項の増加は、国家が示す栄養を通じた望ましい妊婦像が、時代とともに高度化していることを示している。元橋（2014）が明らかにした母子健康手帳における育児水準の高度化が、妊婦の栄養に関しても見られたと指摘できる。第二に、記述内容の科学化は、読み手に高度な知識を要求するため、妊婦間における理解の格差を引き起こす可能性がある。第三に、呼称の女性化は、妊娠期の栄養に関しては女性こそが責任主体であると国家がみなしていることを意味する。このことは、栄養と女性の結びつきを強化するジェンダー化作用のみならず、妊婦や胎児の健康状態に影響する諸要因の複雑性や社会的責任を隠蔽し、妊婦の自己責任へと矮小化する作用もあるだろう。

国家による食を通じた妊婦の健康管理は、時代とともにどのように変化してきたのか。それは、現代に向かうにつれて、「栄養や食に関する専門知識を理解した上で妊婦当人の健康だけでなく胎児の健康にも最大限配慮すべし」というものであり、国家が示す妊婦像の「パーフェクト化」なのである。

付記

本稿は博士論文『妊婦の社会学—現代日本における健康の制度化と妊娠期女性の「食事実践」』第3章を大幅に加筆修正したものである。なお、本研究は、平成26年度奈良女子大学若手女性研究者支援経費の成果の一部である。

引用文献 (References)

- 母子保健史刊行委員会編，1988，『日本の母子保健と森山豊』日本家族計画協会。
- 厚生労働省，2008，『妊産婦のための食生活指針』（<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/02/h0201-3a.html>，2011/9/9アクセス）。
- 厚生省五十年史編集委員会，1988，『厚生省五十年史（記述篇）』財団法人厚生問題研究会。
- 厚生省児童家庭局母子衛生課編，1991，『日本の母子健康手帳』保健同人社。
- 厚生省20年史編集委員会，1960，『厚生省20年史』厚生問題研究会。
- 元橋利恵，2014，「『男女共同参画』時代の母親規範——母子健康手帳と副読本を手がかりに」『フォーラム現代社会学』（13）：32-44。
- 村田泰子，2000，「栄養をめぐる知とジェンダー——栄養学の誕生と〈母〉の創出」『京都社会学年報』（8）：123-145。
- ，2001，「栄養と権力——明治大正期における栄養学の成立と展開」『ソシオロジ』45（3）：69-84。
- 荻野美穂，2008，『「家族計画」への道——近代日本の生殖をめぐる政治』岩波書店。
- 内藤寿七郎・宮崎叶・窪龍子，1974，「母子健康手帳の利用に関する研究——第一報 母子健康手帳改訂案の試作」『日本総合愛育研究所紀要』10：1-15。

大淵裕美, 2013, 「妊娠期女性の食事実践に関する研究——『パーフェクト妊婦』と情報収集」『奈良女子大学社会学論集』20: 83-101.

恩賜財団母子愛育会五十年史編纂委員会, 1988, 『母子愛育会五十年史』社会福祉法人恩賜財団母子愛育会.

坂本めぐみ, 2004, 「妊娠期の体重を中心とした健康管理における総合的考察」女子栄養大学大学院学位論文.

島菌順雄, 1989, 『栄養学の歴史』朝倉出版.

社団法人日本助産婦会編, 1986, 『母子健康手帳の変遷とその時代的意義について』社団法人日本助産婦会.

Turner, Bryan S., 1984, *The Body and Society: Explorations in Social Theory*, 2nd edition, Blackwell. (= 1999,

小口信吉・藤田弘人・泉田渡・小口孝司訳, 『身体と文化——身体社会学試論』文化書房博文社).

一次資料

「母子健康手帳の様式の改正について」(平成14年1月15日雇児母発第0115001号 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課長通知)

「母子健康手帳の様式の改正について」(平成15年12月8日雇児母発第1208001号 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課長通知)

「母子健康手帳の様式の改正について」(平成17年2月3日雇児母発第0203001号 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課長通知)

「母子健康手帳の様式の改正について」(平成19年1月23日雇児母発0123001号 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課長通知)

「母子健康手帳の任意記載事項様式の改正について」(平成20年2月8日雇児母発0208002号 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課長通知)

「母子健康手帳の様式の改正について」(平成20年3月27日雇児母発0327001号 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課長通知)

「母子健康手帳の任意記載事項様式の改正について」(平成24年1月13日雇児母発0113第1号 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課長通知)

「母子健康手帳の任意記載事項様式の改正について」(平成26年9月29日雇児母発0929第3号 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課長通知)

「母子健康手帳の任意記載事項様式の改正について」(平成27年12月21日雇児母発1221第1号 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課長通知)