



ちばエコチル調査のデータから

いつもエコチル調査にご協力いただき、ありがとうございます。

千葉ユニットセンターでは、8月16日時点でお母さん4808名、お父さん3049名に参加登録していただきました。皆様のご協力に心から感謝いたします。

皆様にご記入いただいている質問票では、エコチル本来の調査目的である化学物質の影響だけでなく、お母さん、お父さん、お子さんの健康状態が見えてきます。

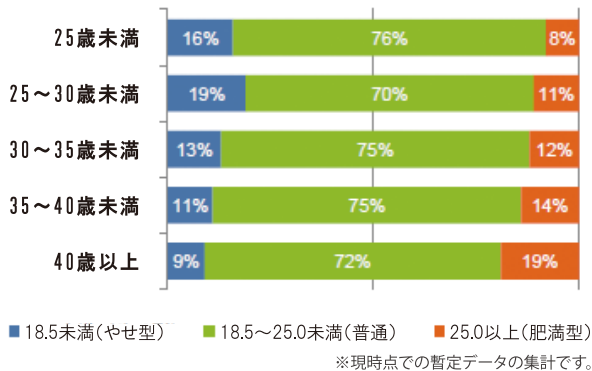
これからも少しずつこのようなデータをまとめて皆さんにお知らせし、皆さんの健康管理に役立てていただきたいと願っています。

■お母さんの体格について

「体重」という言葉に敏感な女性には少し耳の痛い話になりますが、今回は千葉ユニットセンターで調査に参加していただいているお母さんの妊娠前のBMI（体格指数）のデータをご紹介します。

全体でみると、妊娠前にやせ形の妊婦さんは

お母さんの妊娠前のBMI(年齢別の割合)



千葉ユニットセンターの参加登録数



お母さん
4808人



お父さん
3049人



赤ちゃん
約3419人



(25年8月16日現在)

15%、肥満型は12%で、若い方はやせ形が多く、年齢の増加とともに肥満型の方の割合が多くなっています。

太り過ぎが健康によくないことは以前から言われていましたが、やせすぎも注意が必要です。

妊娠前にやせていて、妊娠中も体重が十分に増えなかった人は、低体重児を生む確率が高くなるのが、近年わかってきています。

また、妊娠前や出産後も過度なダイエットをすると便秘や骨粗しょう症、月経異常などになりやすく、お母さん自身の健康も損なわれます。

お母さんがやせていると必ず赤ちゃんが小さく生まれるというわけではありませんが、赤ちゃんとお母さんの健康のために、妊娠中も出産後もバランスの良い食事を心がけましょう。

つわりで十分食事ができない妊婦さんもお医者さんと相談しながら、少しでも必要な栄養をとれるようにしてください。

BMI =

$$\frac{\text{体重}[\text{kg}]}{\text{身長}[\text{m}] \times \text{身長}[\text{m}]}$$