

2021年12月1日

報道関係各位

先輩ママ3000人に聞く！ 妊娠前、妊娠中、産後 気にしていた栄養成分とその変化 妊娠前よりも妊娠中から栄養について考えることが増えたママは9割以上

雪印メグミルクグループの雪印ビーンスターク株式会社（本社：東京都新宿区 代表取締役社長：内田 彰彦）は、メンバーズサイト「まめコミ」会員で、お子さまをもつママ 3,000 名を対象に「食事やおやつの栄養に関する意識調査 産前産後の変化について」を実施いたしました。この調査で、ママ自身の妊娠前から産後までで栄養成分への意識の変化や気になる栄養成分、さらにお子さまに対しても気になる栄養成分なども明らかにしました。

まめコミ URL: <https://www.mamecomi.jp/>

■調査概要

- ・ 調査日程：2021年9月21日（火）～26日（日）
- ・ 対象者：雪印ビーンスタークメンバーズクラブ「まめコミ」会員
- ・ 対象者の特性：1歳～3歳のお子さまをもつママ 3000名
- ・ 対象者居住地：全国
- ・ 調査方法：インターネットリサーチ

■TOPICS

1. 妊娠前から産後の栄養成分の意識について

- 妊娠前よりも妊娠・出産してから栄養について考えることが増えたママは93.3%と妊娠をきっかけに意識が変わる
- 妊娠前は栄養成分に対して「気にしていた」ママは44.7%と低く
産後お子様に対して栄養成分を「気にしていた」ママは97.5%と高くなる結果に

2. 妊娠前、妊娠中に気にしていた栄養成分の種類について

- 妊娠前に気にしていた成分は1位から順に葉酸、鉄、カルシウム
- 妊娠中も妊娠前と成分の順位は同様ではあるが、
上位3つの栄養成分に対しては「気にしていた」と回答した方の割合が2倍近くに

3. 産後のママ自身・お子様に対して気にしていた栄養成分の種類について

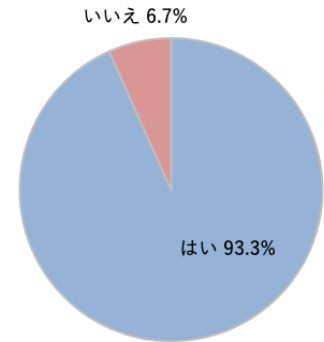
- 産後になると1位から順に鉄、カルシウム、DHAへと気にしていた栄養成分に変化が生じる
- またお子様に対しての栄養成分の意識については、
1位から順に鉄、カルシウム、たんぱく質とママ自身とは異なる結果に

■ 調査結果の詳細

1. 妊娠前から産後の栄養成分の意識について

- ・妊娠前より妊娠・出産してから栄養について考えることが増えたママは **93.3%**と妊娠をきっかけに意識が変わる
- ・妊娠前は栄養成分に対して「気にしていた」ママは **44.7%**と低く、産後お子様に対して栄養成分を「気にしていた」ママは **97.5%**と高くなる結果に

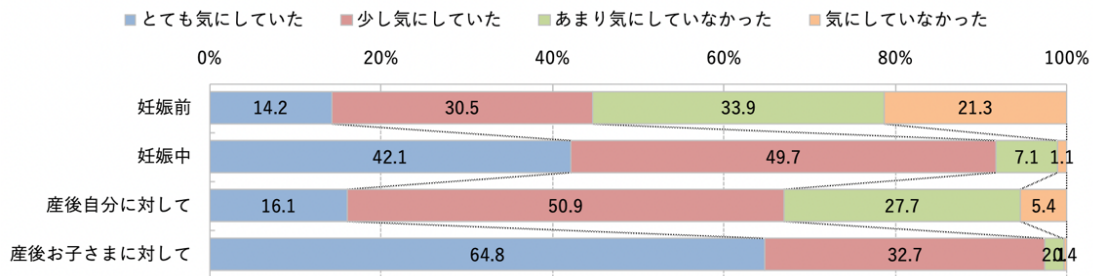
妊娠前より妊娠・出産してからのほうが栄養について考えることが増えましたか？
(n=3000)



妊娠前より妊娠・出産してからのほうが栄養について考えることが増えたかという質問に対しては、93.3%が「はい」と回答し、妊娠・出産をきっかけに意識が大きくかわる傾向がみられました。

妊娠前から妊娠中、産後の栄養成分への意識について聞いたところ、妊娠前は栄養成分に対して「とても気にしていた、少し気にしていた」は44.7%、妊娠中は91.8%まで高くなり、産後はママ自身の栄養については67%へと減少する一方で、お子さまに対しては97.5%と非常に高くなる結果に。

妊娠前・妊娠中・産後自分に対して・お子さまに対して、
栄養成分への意識について教えてください。(n=3000)

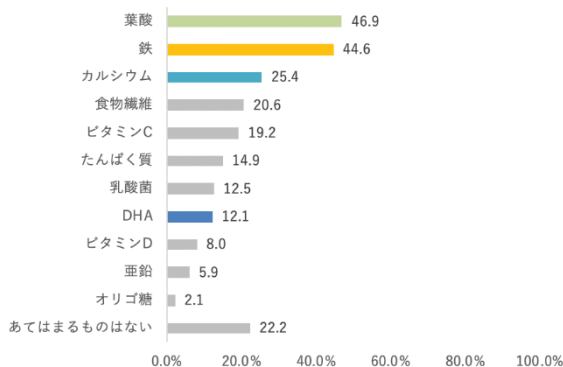


2. 妊娠前、妊娠中に気にしていた栄養成分の種類について

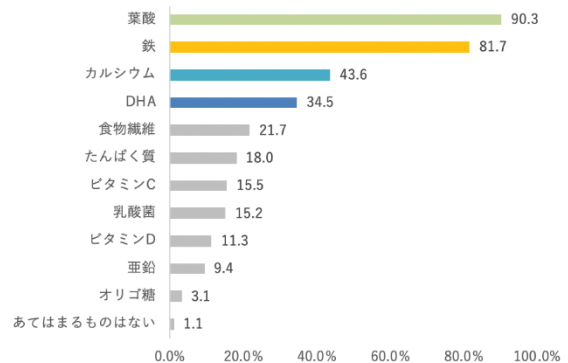
- ・妊娠前に気にしていた成分は1位から順に葉酸、鉄、カルシウム
- ・妊娠中も妊娠前と成分の順位は同様ではあるが、上位3つの栄養成分に対しては「気にしていた」と回答した方の割合が2倍近くに

妊娠前に気にしていた栄養成分を聞いたところ、葉酸は46.9%、鉄は44.6%、カルシウムは25.4%、さらに妊娠中についてみると、葉酸は90.3%、鉄は81.7%、カルシウムは43.6%となりました。意識が高い栄養成分は変わりませんが、意識する割合は2倍近く高くなることがわかりました。また妊娠を機に、DHAへの意識が大きく伸長している事も特徴的です。

妊娠前 気にしていた栄養成分を教えてください
(n=3000)



妊娠中 気にしていた栄養成分を教えてください
(n=3000)

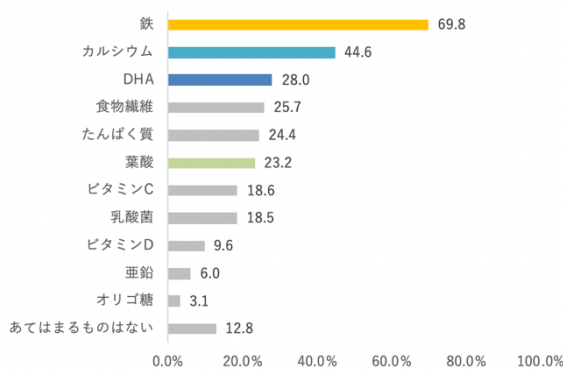


3. 産後のママ自身・お子様に対して気にしていた栄養成分の種類について

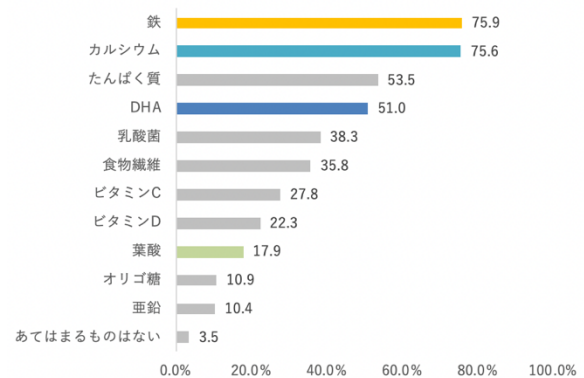
- ・産後になると1位から順に鉄、カルシウム、DHAへと気にしていた栄養成分に変化が生じる
- ・またお子様に対しての栄養成分の意識については、
1位から順に鉄、カルシウム、ついでたんぱく質とママ自身とは異なる結果に

産後ママ自身に対して気にしている栄養成分を聞いたところ、鉄分は妊娠期間と比べると10%以上意識が下がり、葉酸については60%以上も意識が下がり、DHAも意識は下がるものの上位に留まっていることがわかりました。お子さまに対して気にしている栄養成分を聞いたところ鉄が75.9%、カルシウムが75.6%と僅差で上位、次いでたんぱく質が53.5%と半数を占めました。続いてDHAが51%、乳酸菌が38.3%、食物繊維が35.8%となり、ママ自身への意識とは異なる結果となりました。

産後自分に対して 気にしていた栄養成分を教えてください (n=3000)



産後お子さまに対して、気にしていた栄養成分を教えてください (n=3000)



■ 雪印ビーンスターク 関連商品

【妊娠前からのおすすめ商品】

ビーンスタークママ 葉酸+鉄+Ca (カルシウム)



内容量：90粒 (約30日分)

希望小売価格：1,480円 (税抜)

赤ちゃんをむかえるママにとってほしい！1日3粒で、葉酸400μg、鉄15mg、カルシウム160mgとビタミンDなどの大切なビタミン類がバランスよくとれます。

【妊娠期間中のおすすめ商品】

ビーンスタークママ つわびー



内容量：7.8g (30粒)

希望小売価格：900円 (税抜)

産婦人科医と一緒に考えた、食べられない時にビタミンB6と葉酸を補給できるサプリメントです。3粒で、ビタミンB6 25mg、葉酸400μgがとれます。

ビーンスタークマム 赤ちゃんに届く DHA



内容量：90粒(41g)(30日分)
希望小売価格：1,890円(税抜)

母乳に含まれるDHAは、お母さんが日頃の食生活でとるDHAの量に影響されるといわれています。妊娠期から授乳中に毎日の食生活にプラスしていただきたい食品です。

【産後のおすすめ商品】

ビーンスタークマム 毎日Ca(カルシウム)+鉄



内容量：40粒(40g)
希望小売価格：1,000円(税抜)

授乳期に不足しがちなカルシウムや鉄分などのミネラルを、毎日の食生活に手軽に取り入れていただける食品です。8種のビタミンも一緒に配合しております。栄養機能食品(鉄)

■雪印ビーンスタークの取り組み

・栄養士による育児サポートの展開

雪印ビーンスタークでは、ミルクの作り方、離乳食の進め方、産前・産後のお母さんの栄養など、子育てをサポートする栄養士を全国に展開。感染拡大予防対策を徹底し、育児をされるすべての皆様にお役に立てるように、日本人の食事摂取基準2020年版など最新の情報を取り入れながら、今後もきめ細やかな栄養情報の提供を継続してまいります。

・メンバーズクラブ「まめコミ」での情報発信

WEBサイトでの情報発信や会員向けの電話相談だけでなく、新型コロナウイルス感染症の広がりのあとで増加した電話相談内容に対応した栄養情報動画を制作してYouTube上で公開するなど、情報発信力を強化しております。

まめコミ <https://www.mamecomi.jp/>

【雪印ビーンスターク(株) ホームページ】

URL : <https://www.beanstalksnow.co.jp/>

雪印ビーンスタークは、70年以上続く母乳研究を生かした粉ミルクや液体ミルクなど育児用ミルクや育児用品などの開発・製造販売のほか、全国の栄養士による産前産後のお母さんへの調乳指導・栄養相談の展開をつうじて、産婦人科施設など妊娠、出産、育児を支える皆様とともに、赤ちゃんのすこやかな成長と育児をされるご家族皆様の健康といきいきしたくらしをサポートするための企業活動を継続してまいります。

※本リリースの調査結果をご利用いただく際は、【雪印ビーンスターク株式会社】とご明記ください。

また、出典が弊社調べの調査であることも併せてご明記ください。