

令和5年5月10日

## 東北・北海道自治体初！えがお赤ちゃん葉酸プロジェクト

～福島市×大塚製薬 プレコンセプションケア事業～

福島市では、赤ちゃんの健やかな成長と女性の健康づくりのために、婚姻届出をされた妊活中または妊活予定の女性及び妊娠届出をされた全ての妊婦の方へ、葉酸サプリを配付する「えがお赤ちゃん葉酸プロジェクト」を5月8日から開始しました。

葉酸は、ビタミンB群の1種で、妊娠初期に脳やせき髄のもととなる「神経管」が正常に形成されるために欠かせないビタミンであるとともに、造血のビタミンとも呼ばれ、赤ちゃんが急速に発育する胎児期（妊娠期）には特に必要とされる栄養素です。

しかし、通常の食事だけでは妊活中～授乳期に必要な葉酸を十分に摂ることは難しいことから、包括連携協定を締結している大塚製薬との連携により葉酸サプリを配付し、必要な栄養素について周知を図りながら母子の健康づくりをサポートするものです。

### 記

1. 開始日／5月8日（月）
2. 対象者／①婚姻届出をされた妊活中または妊活予定の希望する女性  
②妊娠届出をされたすべての妊婦
3. 配付内容／大塚製薬との連携による「葉酸サプリ」  
対象者①②各1ボトル（150粒75日分）
4. 配付場所／保健福祉センター2階「こども家庭センター・えがお」  
（森合町10-1 こども未来部こども家庭課内）  
①「こども家庭センター・えがお」に直接来所いただき配付  
②妊娠届出時に母子健康手帳交付とあわせて配付  
\*保健師・助産師がご質問やご相談にも対応
5. その他／東北・北海道の自治体では初めての取り組み

担当：こども家庭課 母子保健係  
課長 遠藤 主幹 小野  
電話 024-525-7671（直通）

# 東北・北海道自治体初！えがお赤ちゃん葉酸プロジェクト ～福島市×大塚製薬 プレコンセプションケア事業～

赤ちゃんの**健やかな成長**と**女性の健康づくり**のために  
妊活中と妊娠期の**葉酸摂取**をサポートします！

## 配付内容

大塚製薬との連携による「葉酸サプリ」  
1ボトル（150粒75日分）

## 配付場所

こども家庭センター・えがお  
（保健福祉センター2階 こども家庭課内）  
▲平日午前8時30分～午後5時15分  
▲予約不要  
▲妊娠届出を予約された方のみ土曜日も受付

## 対象者

下記にあてはまる福島市民の方

婚姻届出をされた  
妊活中または妊活予定の  
ご希望の女性

妊娠届出をされた  
すべての妊婦

# 東北・北海道自治体初！えがお赤ちゃん葉酸プロジェクト ～福島市×大塚製薬 プレコンセプションケア事業～

## 葉酸

ビタミンB群の一種で、主な働きは「細胞分裂のサポート」

妊娠初期に「神経管」（脳やせき髄のもと）が正常に形成されるために欠かせないビタミン。

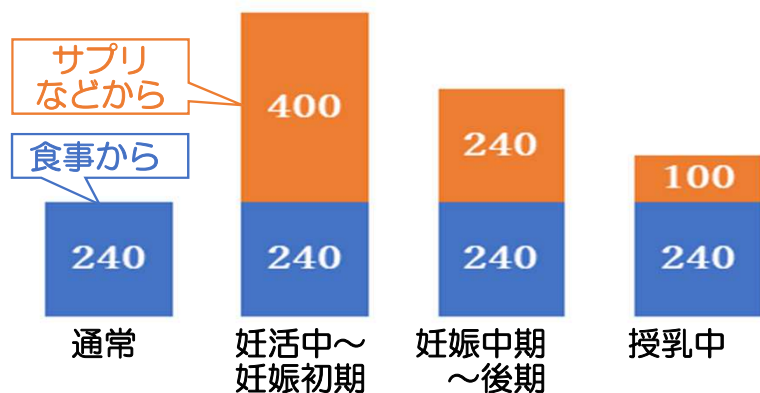
また、「造血のビタミン」とも呼ばれ、赤ちゃんが急速に発育する胎児期（妊娠期）には特に大切な栄養素です。

## 葉酸サプリの必要性

葉酸は緑黄色野菜などに多く含まれますが、熱に弱く水に溶けやすいため調理の過程で多くが失われてしまいます。

そのため、毎日の食事だけでは、妊活中～授乳期に必要な葉酸を十分に摂ることは難しく、厚生労働省「日本人の食事摂取基準」では、サプリなどによる付加摂取を推奨しています。

## 葉酸の1日の摂取推奨量（単位： $\mu\text{g}$ ） 厚生労働省「日本人の食事摂取基準2020」



## 葉酸と「神経管閉鎖障害」

妊娠初期に葉酸が不足すると、神経管がうまく形成されず「神経管閉鎖障害」という先天性障害を発症する可能性があります。

葉酸の摂取により、「神経管閉鎖障害」の発症リスクを下げることが欧米各国の研究で報告されています。