

富山大の研究チームは、妊娠中にチーズなどの発酵食品を多く摂取した母親から生まれた子どもは、3歳時点でコミュニケーション能力や問題解決力といった神経発達の遅れが少なくなる傾向があるとの研究結果を発表した。

出生時に母親から引き継がれる腸内細菌は、脳機能に影響するとされている。研究では、チーズ、みそ、ヨーグルト、納豆の4種類の発酵食品を使った。神経発達は、「座る」「立つ」といった動作や指先を使う

妊婦

発酵食品摂取

多

富山大研究

子ども

神経発達遅れ

少

動きなど5項目で診断し、摂取量と神経発達が遅めの子どもの発生率を比べた。

チーズは、1日の摂取量が0・7g以下の人より、1・3g以上摂取した人の方が、発達が遅めの子どもの割合は少なかった。みそとヨーグルトも、発達が遅めの子どもの割合が減るケースを確認。納豆は関連がみられなかった。

研究は環境省の子どもの健康と環境に関する全国調査（エコチル調査）の一環で、今回は約6万組の母子の回答を分析した。