

令和元年度第2回平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会次第

日 時 令和2年(2020年)2月27日(木)

午後1時30分から午後3時まで

場 所 保健センター 3階会議室1・2

1 開会

2 会長あいさつ

3 議題

(1) 報告事項

ア 巡回教室について

資料1-1

資料1-2

イ 5歳児生活実態調査について

資料2-1

資料2-2

資料2-3①

資料2-3②

資料2-4

ウ 3歳児健診時の肥満対策強化について

資料3

エ 肥満児童(小学4・5・6年生)と痩身児童(小学4年生)について

資料4-1

資料4-2

資料4-3

資料4-4

資料4-5

オ 児童判定部会・児童健康教室について

資料5-1

資料5-1

資料5-3

(2) 協議事項

ア 関係者研修会の内容について

資料6

イ 令和2年度事業計画(案)について

資料7

(3) その他

4 閉会

平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会委員名簿

令和元年7月1日現在

委員氏名	所属団体	備考
いのまた せいじ 猪股 誠司	一般社団法人 平塚市医師会	会長
こにし よしふみ 小西 好文	一般社団法人 平塚市医師会	
まつもと ふみお 松本 文夫	一般社団法人 平塚歯科医師会	副会長
もりや えみ 森谷 絵美	平塚市私立幼稚園父母の会連合会	
なるかわ みさき 成川 美早	平塚市立幼稚園PTA連絡協議会	
しげはら ひでみ 茂原 英美	平塚市PTA連絡協議会	
まきの けいこ 牧野 恵子	平塚民間保育園連盟	
みうら いくこ 三浦 郁子	平塚市立保育園長会	
おざわ きちこ 小澤 佐知子	平塚市私立幼稚園協会	
やまなか としよ 山中 敏代	平塚市立幼稚園・こども園園長会	
わき ひろこ 脇 裕子	平塚市小学校長会	
たかやなぎ なお 高柳 那緒	平塚市養護教諭研究会	
てらさわ みさき 寺澤 実咲	平塚市学校栄養士会	
かわばた あすか 川畑 明日香	神奈川県平塚保健福祉事務所	
こんどう ほがら 近藤 朗	学識経験者	

任期 自令和元年6月1日 至令和3年5月31日

事務局

健康・こども部	部長	高橋 孝祥
健康課	課長	磯部 達男
	健康づくり担当長	萩尾 みゆき
	主管	長田 スミ子
	主査	天瀬 聖子
	主査	河野 直美
	技師	田仲 麻衣
	技師	山口 麻純
	学務課	課長
学務担当長		渋谷 悟朗
主任		熊澤 千恵子
主任		小貫 龍太

令和元年度実施状況

資料 1-1

- 1 実施回数 40 回 (39園)
- 2 参加人数 1853 人 (保護者 220 人 園児 1633 人)
- 3 内 容
 - ア 小児科医による講話
 - イ 保健師による講話
 - ウ 栄養士による講話
 - エ 園児への食育 (栄養士)
- 4 従事者 近藤朗医師(平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会委員)
平塚市健康課保健師、管理栄養士
- 5 実施状況

《保育所》

実施日	曜日	園名	年齢			園児数 (人)	保護者 数(人)	内容				備考	
			3歳	4歳	5歳			ア	イ	ウ	エ		
1	5月14日	火	くまのこ	○	○	○	14	0				○	
2	5月20日	月	いずみ			○	24	0				○	
3	5月22日	水	夕陽ヶ丘		○	○	39	0				○	
4	5月27日	月	富士見	○	○	○	64	0				○	3歳児は 前半のみ参加
5	5月29日	水	若草		○	○	37	0				○	
6	6月6日	木	神田		○	○	34	0				○	
7	6月12日	水	湘南みらい	○	○	○	89	8		○	○	○	
8	6月14日	金	サン・キッズ湘南		○	○	40	19		○	○	○	
9	6月17日	月	もんもん		○	○	20	0		○	○	○	
10	6月19日	水	サン・キッズ平塚ステーション		○	○	47	11		○	○	○	
11	6月21日	金	みどり保育所		○	○	78	0				○	
12	6月24日	月	苗花もんもん		○	○	57	0				○	
13	6月26日	水	サン・キッズ金田		○	○	57	0				○	
14	6月28日	金	真土すばる		○	○	54	18		○	○	○	
15	7月8日	月	ゆうかり		○	○	47	4		○	○	○	
16	9月12日	木	明石町		○		18	0				○	
17	9月17日	火	中原			○	16	0				○	
18	9月20日	金	湘南きらら		○	○	45	6		○	○	○	
19	11月13日	水	平塚		○		23	0				○	
20	1月14日	火	しらゆり	○	○	○	33	0				○	3歳児は 前半のみ参加
21	2月7日	金	横内	○	○	○	54	0				○	

合計

890

66

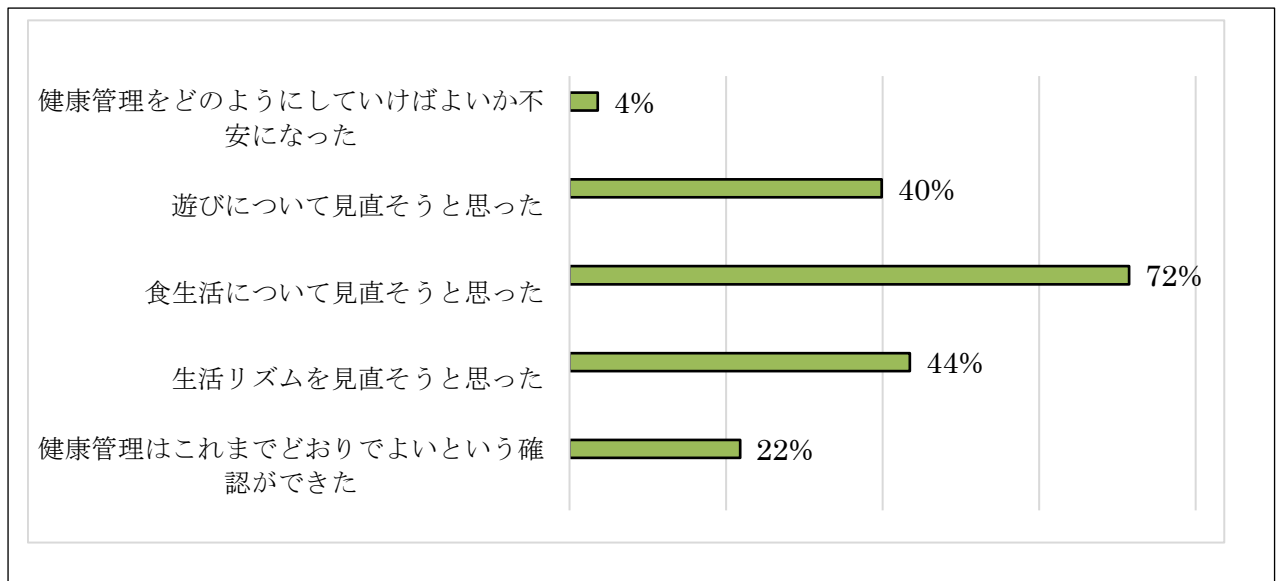
《幼稚園》

	実施日	曜日	園名	年齢			園児数	保護者数	内容				備考
				3歳	4歳	5歳			ア	イ	ウ	エ	
1	5月10日	金	つくし			○	62	0				○	
2	5月17日	金	なでしこ			○	36	5		○	○	○	
3	5月23日	木	大神美里			○	31	0				○	
4	6月3日	月	さきとり			○	68	9		○	○	○	
5	6月4日	火	東中原			○	51	0				○	
6	6月5日	水	白鳥			○	70	0				○	
7	6月10日	月	道和			○	60	8		○	○	○	
8	6月20日	木	黒部丘	○	○	○	85	0				○	
9	7月3日	水	黒部丘				0	22	○		○		
10	9月6日	金	平塚二葉	○	○	○	62	9		○	○	○	3歳児は前半のみ参加
11	9月10日	火	さくら			○	7	0				○	
12	9月11日	水	金目			○	10	9	○		○	○	
13	10月16日	水	平塚学園花水		○	○	20	8		○	○	○	
14	10月29日	火	花乃			○	61	0				○	
15	12月13日	金	平塚学園松風			○	67	10		○	○	○	
16	12月20日	金	ひばり			○	11	0				○	
合計							701	80					

《こども園》

	実施日	曜日	園名	年齢			園児数	保護者数	内容				備考
				3歳	4歳	5歳			ア	イ	ウ	エ	
1	6月19日	水	平塚めぐみこども園				0	68		○	○		
2	10月18日	金	認定こども園さなだ			○	42	0				○	
3	1月29日	水	清水学園付属				0	6		○	○		
合計							42	74					

教室に参加していかがでしたか（複数回答）



自由記載（抜粋）

■教室に参加した感想

- ・生活リズムが乱れていたのを改めて気を付けようと思った。
- ・室内で遊ぶ時にも工夫をしていきたいと思った
- ・普段の生活を見直すいいきっかけとなった。時々このようなお話を聞くことで、心にとめて実行したいと思った。
- ・とても分かりやすく、聞いてよかった。ペットボトルやアイスの砂糖の量は、ぱっと見て分かり、楽しかった。
- ・おやつイコールお菓子だったが、時々第4の食事としてお菓子以外のものを与えたいと思った。
- ・食事のできることで、できたことをもっとほめてあげることが大切という話だったので、もう少し優しく見守ろうと思った。
- ・食べられないものは相変わらず多いが、親があきらめずに工夫しながら試していきたいと思った。
- ・おやつの量や食事量について不安があったが、よくわかった。
- ・昼寝をたくさんするので（1歳半、12：30～16：00）、少し見直そうと思った。
- ・運動について、平日は時間をとるのが難しい。
- ・甘いパンやビスケットなどの間食が多くなっているので見直そうと思った。
- ・毎年参加している。少しずつ改善できているが、まだまだ理想通りにいかない。
- ・子どもの食生活は本当に見直していかないといけないと思った。ジュースが好きなので与えるのを控えていこうと思った。
- ・子どもが苦手な野菜類を食べてもらえるように工夫してみようと思った。
- ・上の子（小5）の習い事などで、なかなか一定のリズムでの生活は難しいと思った。
- ・子どもに分かりやすく栄養のことを伝えてもらえてよかった。小学校に入る前に学べてよかった。
- ・思っていた以上に子どもは理解力があるのだと驚いた。とても楽しく、勉強になった。
- ・生活を振り返る機会になった。

- ・子どもの就寝時間、起床時間、日中の生活について気を付けようと思った。
- ・食が細く、1回に食べる量が少ないので15時から17時の外遊びをできるときには取り入れていこうと思った。
- ・「36の動作マスター」について、様々な動作があることに驚いた。遊びに取り入れたいと思った。
- ・生活習慣に疑問を持たなくなっていたが、これまでどおりでよいと分かり、安心した。
- ・体重曲線で太り気味だったので食生活を見直したい。とても参考になった。
- ・なかなか普段では聞けない話が聞けたのでよかった。再度、生活の見直しの機会になった。
- ・できている部分と見直したい部分を確認できた。
- ・改めて話を聞いて子どもの生活を見直そうと思った。もう少し子ども中心にしようと思った。

■教室についての御意見・御要望

- ・大人、子ども共に生活習慣のポイントがよくわかり、大変参考になった。良い例、悪い例の具体例があると、イメージがついてわかりやすいのではないかと思った。
- ・せっかく保育園で開催するなら子どもの保育があるといいと思った。赤ちゃん連れのお母さんがほとんど席に座って聞いていなかったの。
- ・これからも続けてください。
- ・食生活については難しいことがあり、個別に相談したいと思った。睡眠に関してはお風呂の時間などを見直して少しでも早く寝かしつけられるようにしたい。
- ・牛乳をあまり飲まない。ヨーグルトも嫌いなので、カルシウムをどうやってどのくらい与えていれば大丈夫なのか教えてほしい。
- ・質問の時間がとれればよかったと思った。
- ・食事のパターンを、ごはんとパンの他にあと何種類か写真があればより生活に取り入れやすいと思った。
- ・子どもの生活について見直す良いきっかけとなった。今度は子どもに対しての教室もお願いしたい。
- ・何を言っても実家の母が甘いものを与えてしまう。
- ・野菜を使ったレシピが知りたい。
- ・具体的な献立やレシピがあったらうれしい。妊娠中に平塚市にもらったレシピは今でも作っている。
- ・赤ちゃんの頃はすべての説明会等に参加していたが、3歳を過ぎたらなかなか機会がなかったので、とても良い機会だった。こういう機会がもっとあるとうれしい。
- ・上の子がいて同じ内容を聞いていたので、教室ごとに少し内容のバリエーションがあるとうれしい。
- ・ジュースの砂糖の量の話子どもにもしてもらえると興味を持ってくれるかな、と思った。

令和元年度5歳児生活実態調査 集計結果

資料2-1

男女比

	保育所	幼稚園	こども園	合計
男	352	385	115	852
女	308	381	113	802
未記入	9	17	2	28
計	669	783	230	1,682

幼稚園保育園比

幼稚園	783
保育所	669
こども園	230
計	1682

図1 男女比

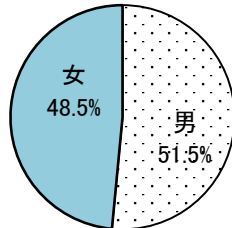
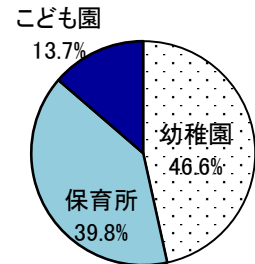


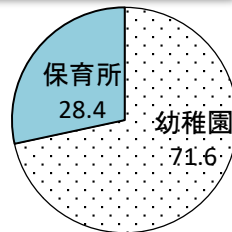
図2 施設比



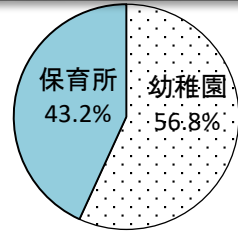
H21年度 幼稚園保育園比

幼稚園	1,482
保育所	587
計	2,069

H21年度 幼稚園保育園



R1年度 幼稚園保育園比



R1年度 幼稚園保育園比

幼稚園	956
保育所	726
計	1,682

図3 家族構成

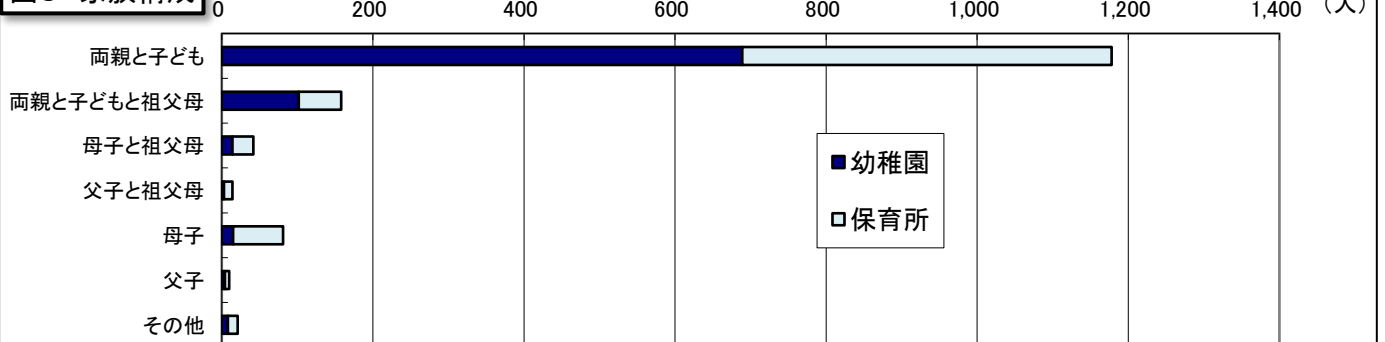
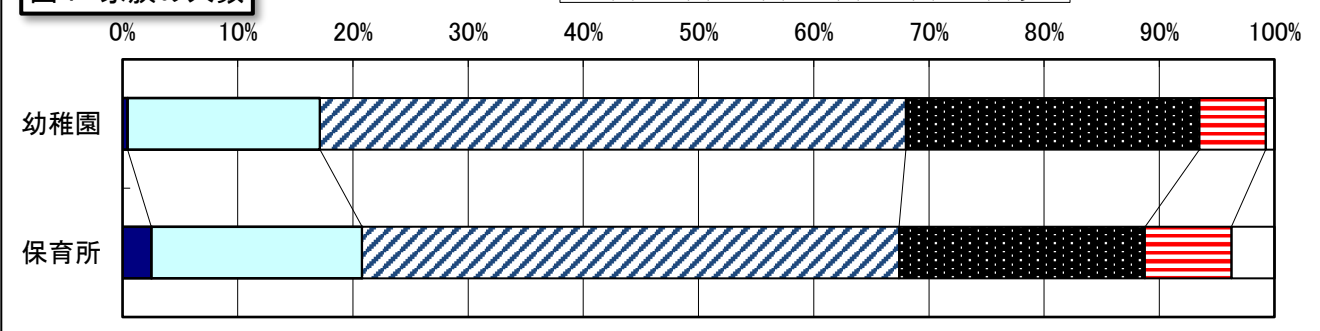
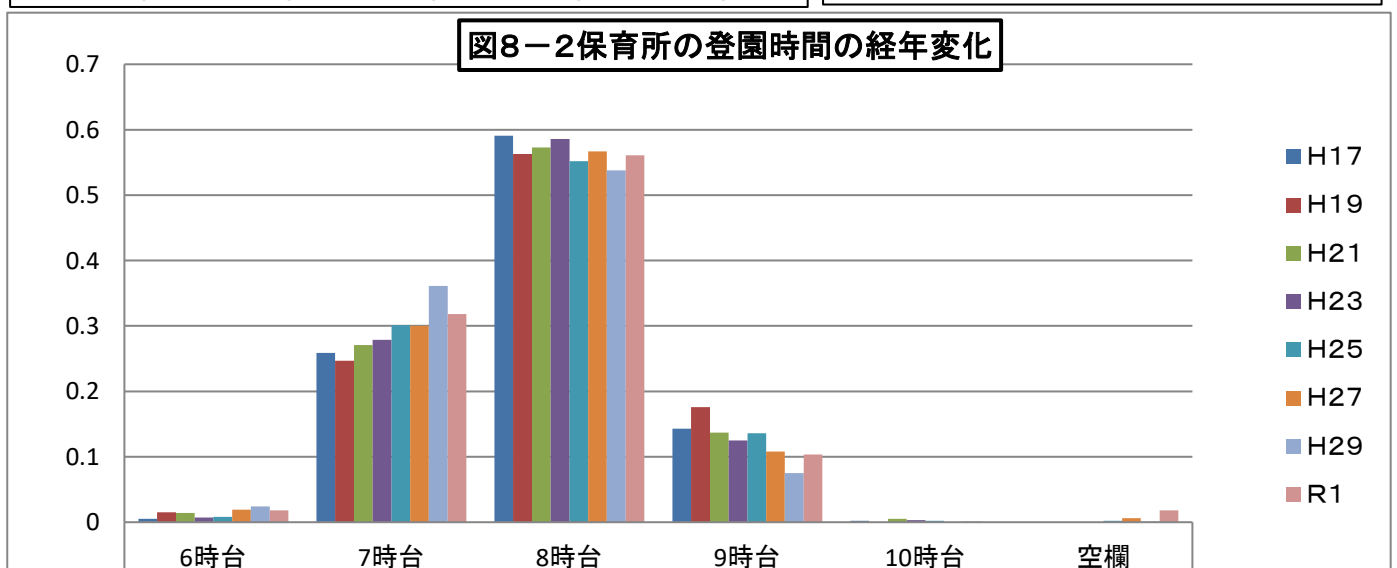
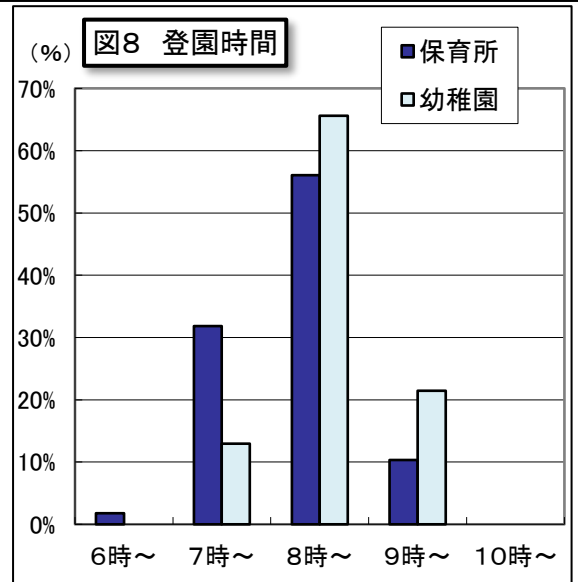
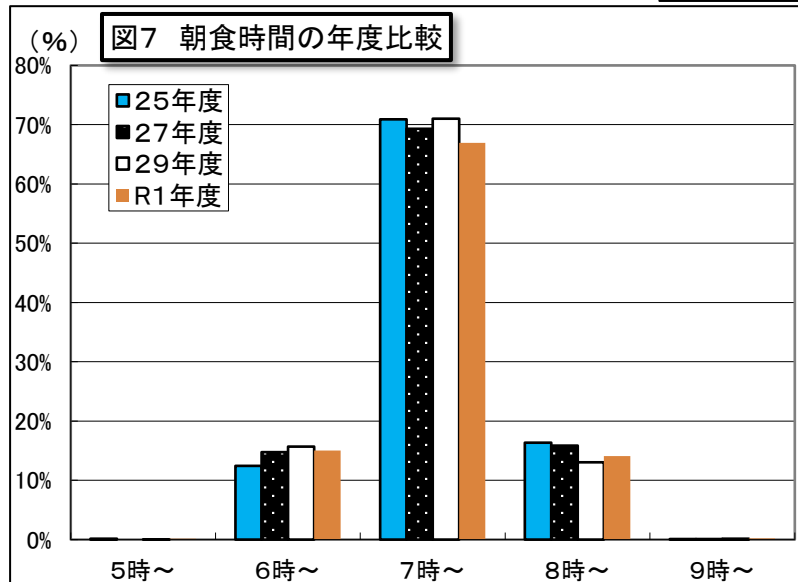
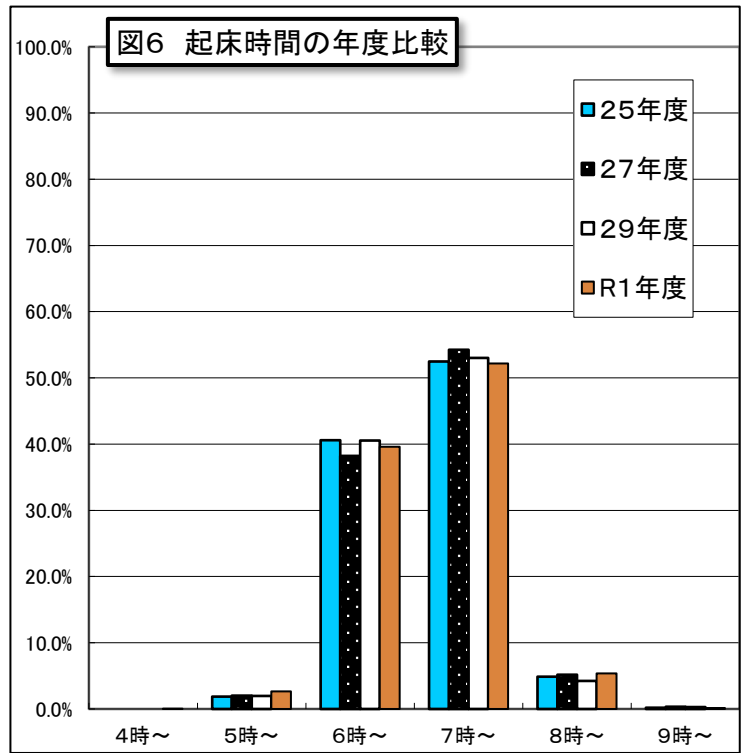
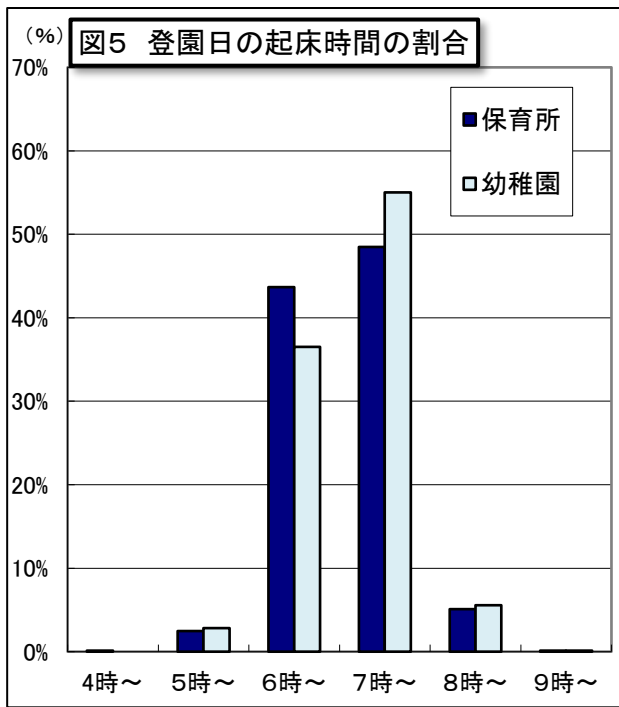
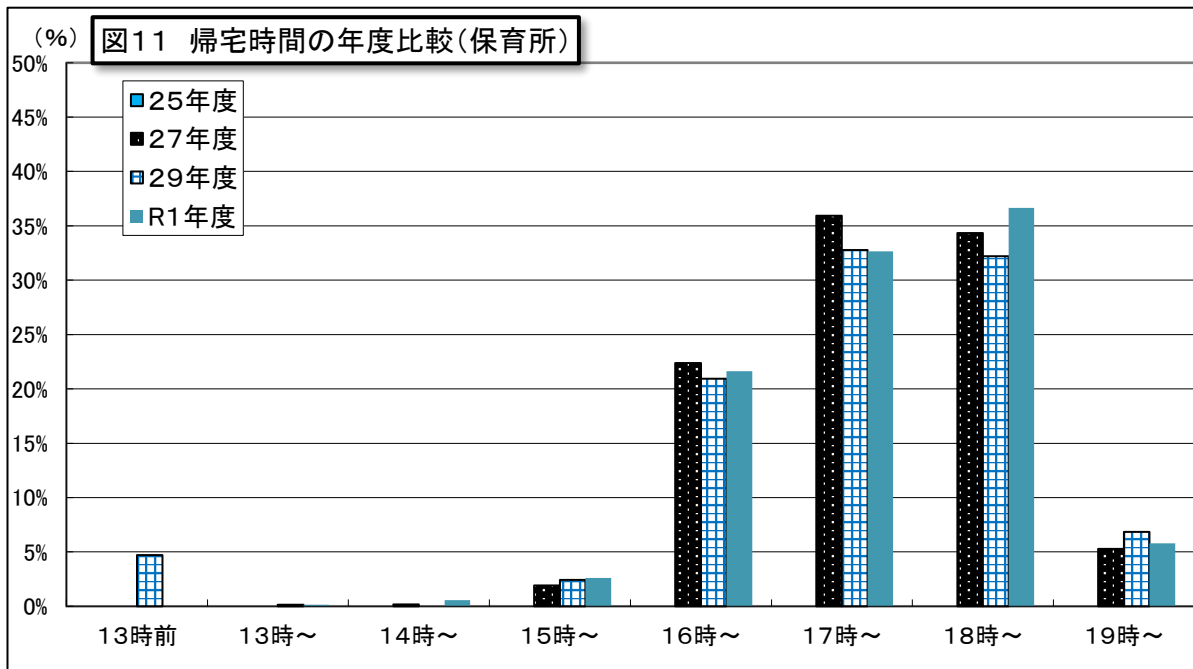
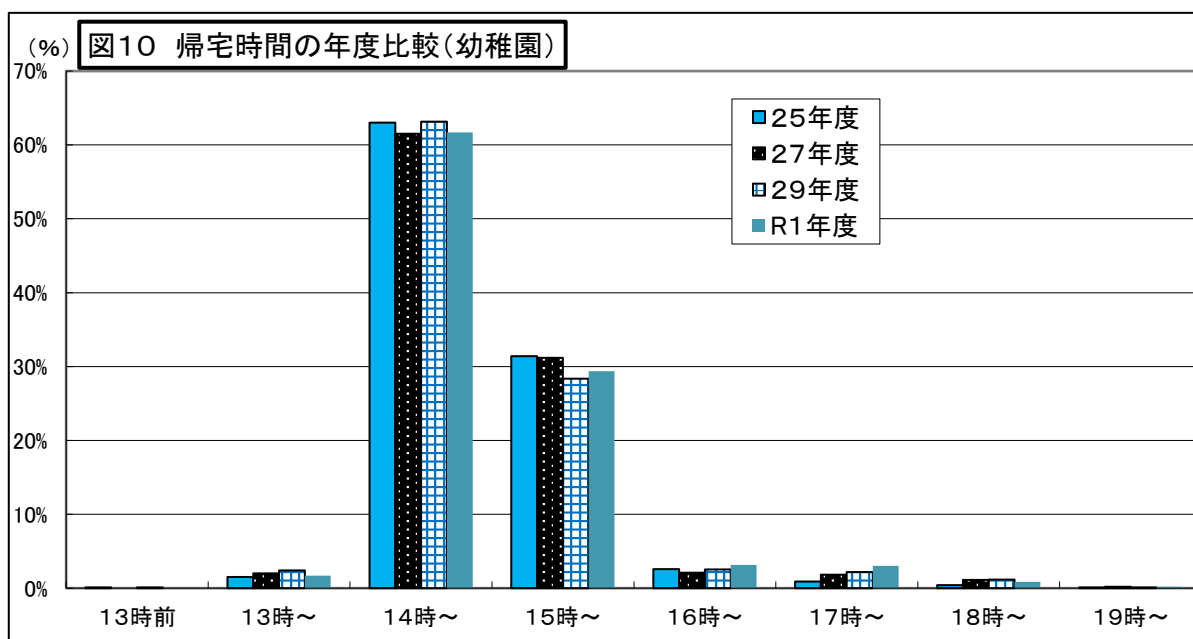
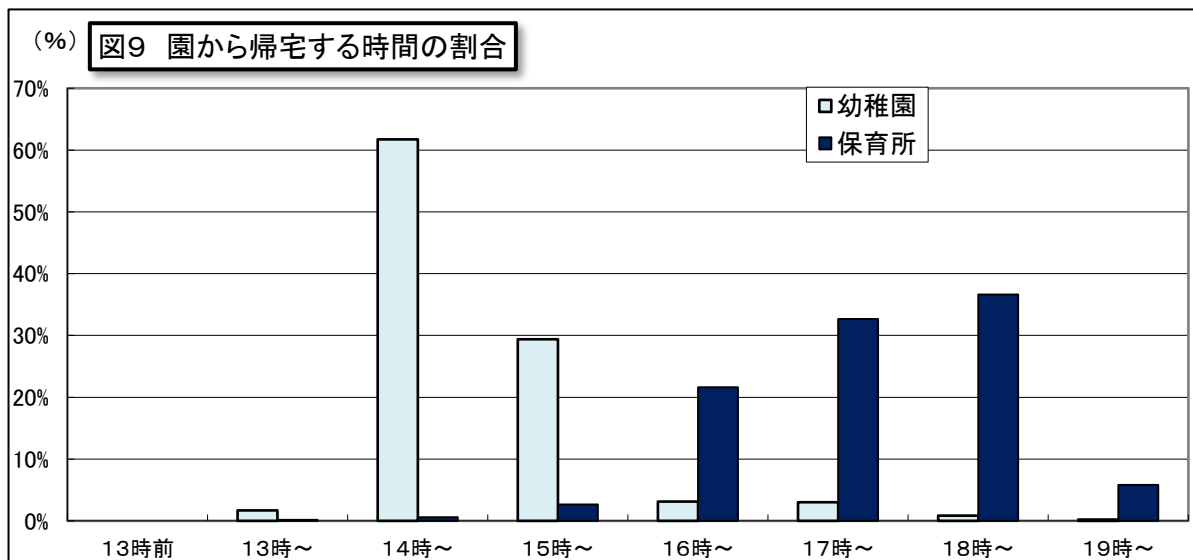


図4 家族の人数







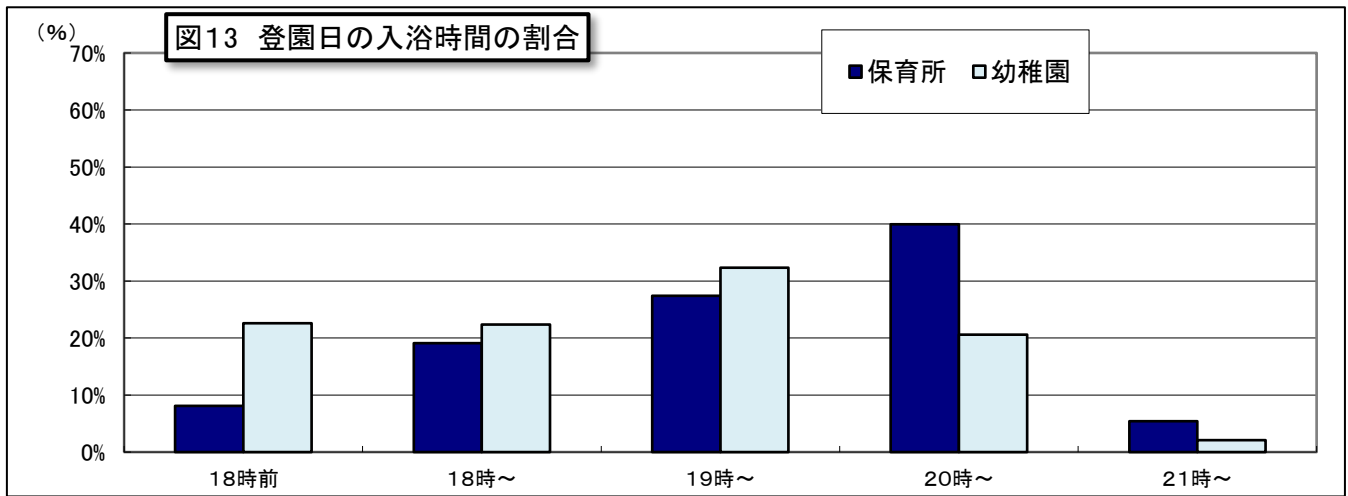
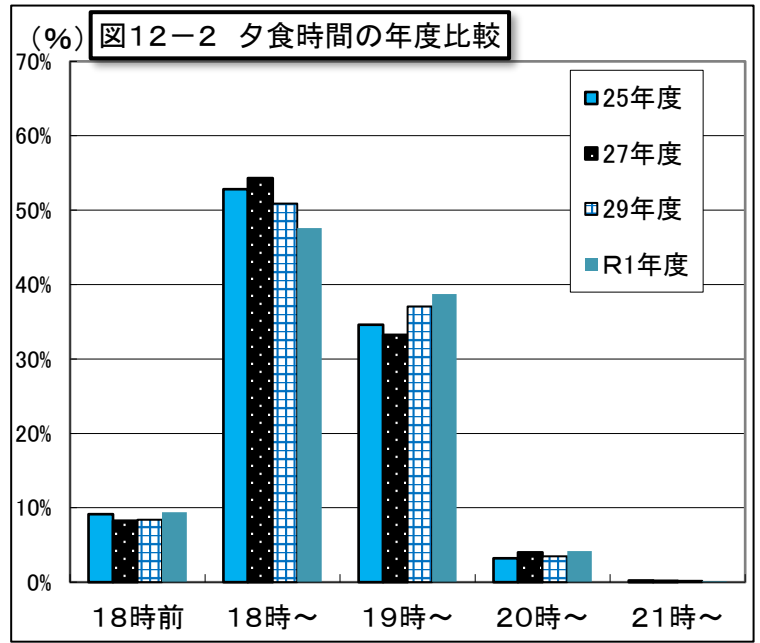
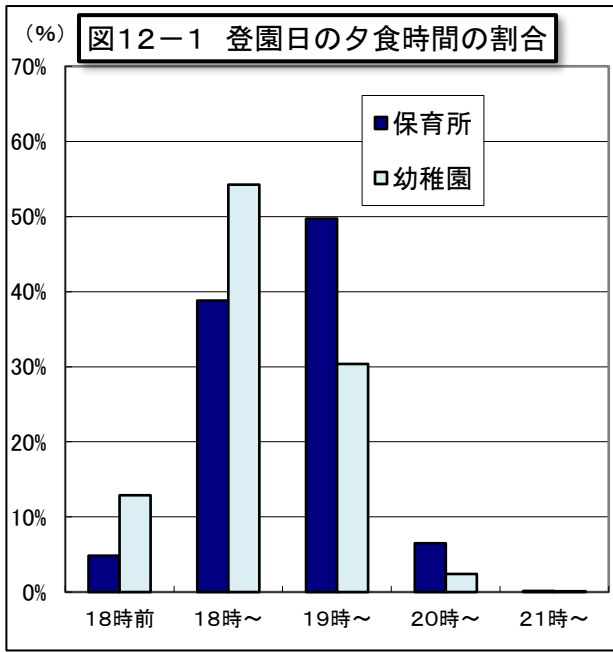


図14-1 登園日の就寝時間(幼稚園)

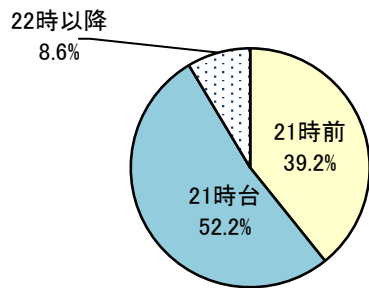


図14-2 登園日の就寝時間(保育所)

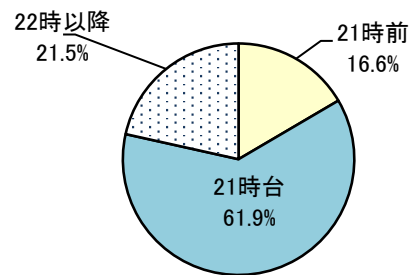


図15-1 休日の就寝時間(幼稚園)

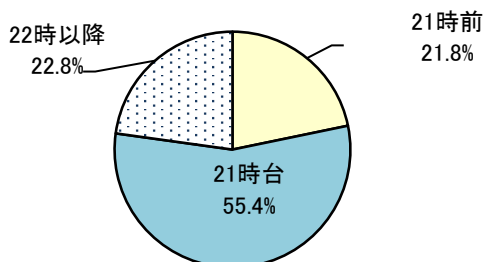
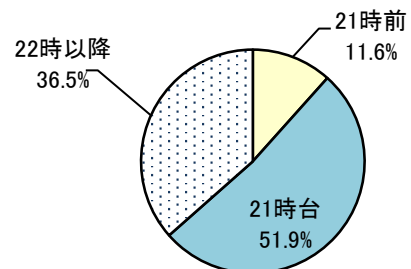
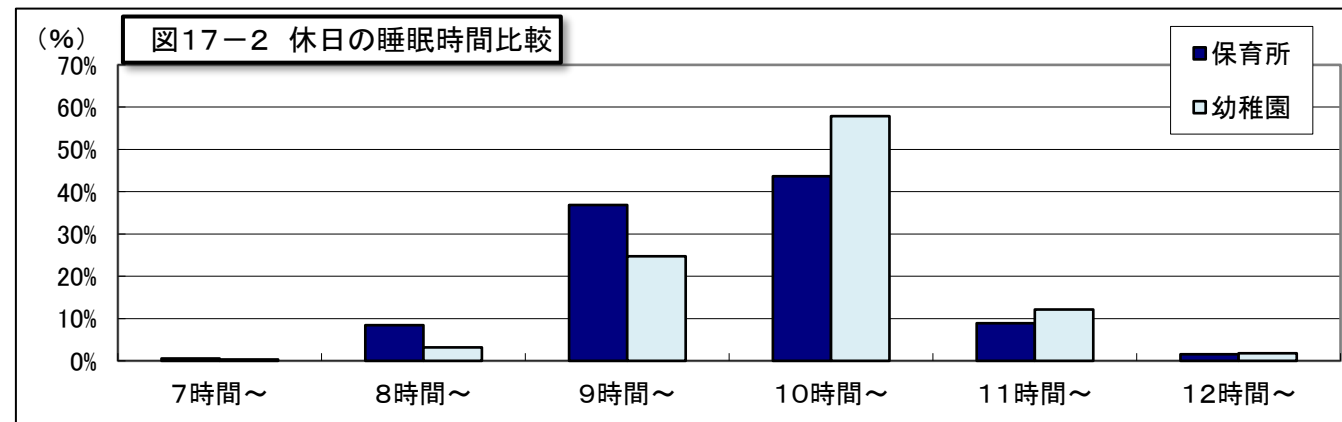
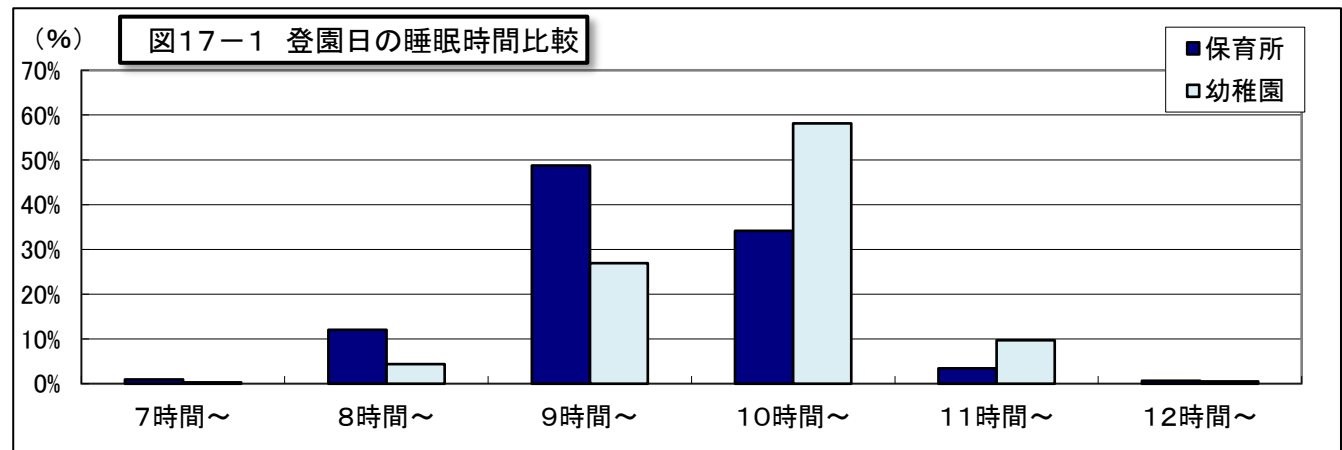
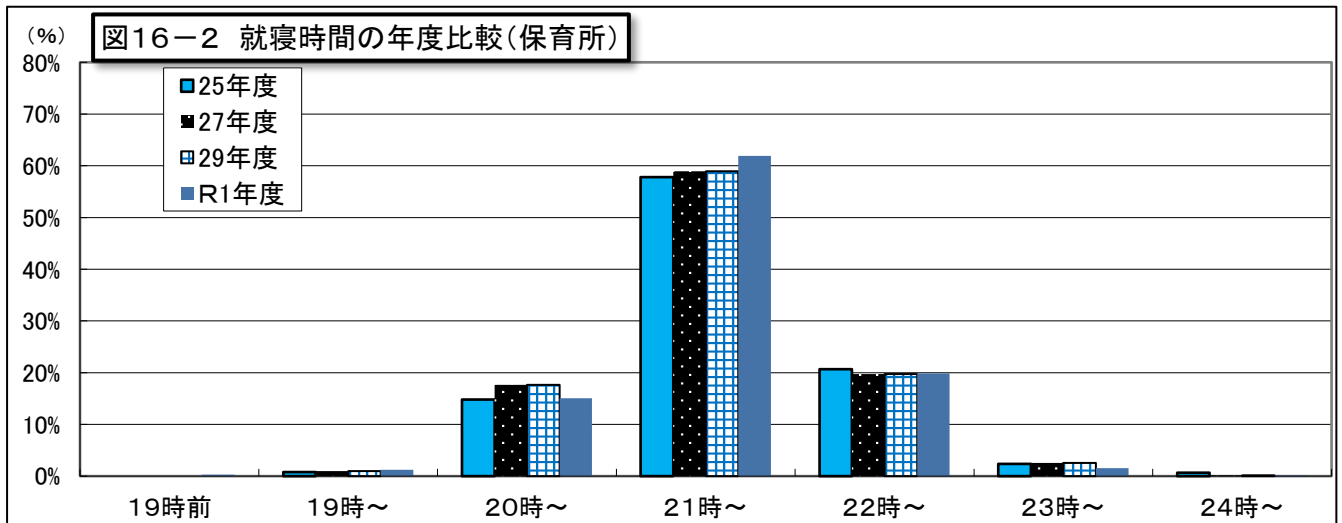
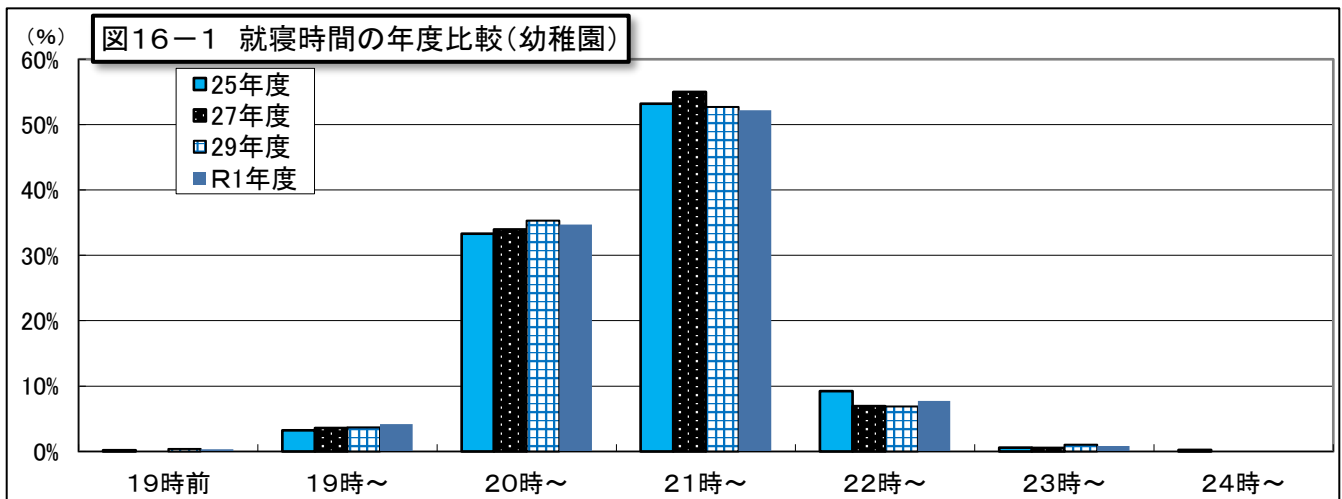


図15-2 休日の就寝時間(保育所)





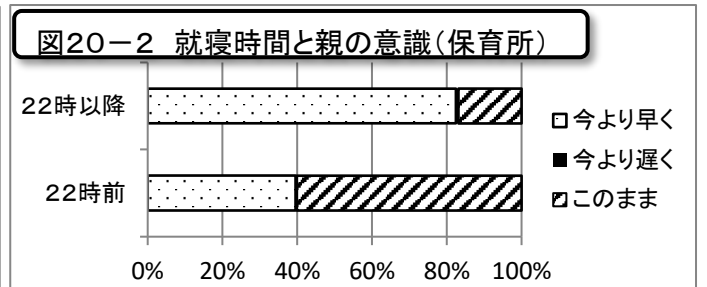
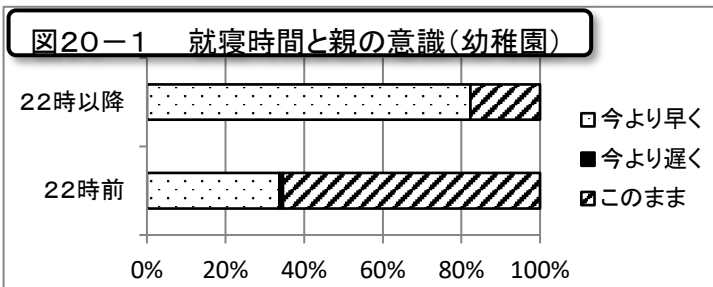
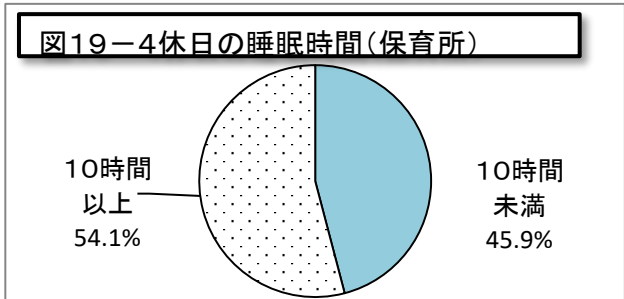
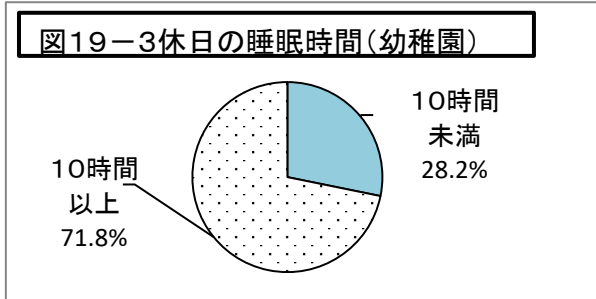
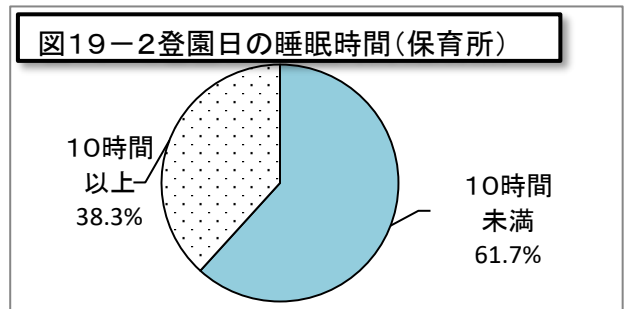
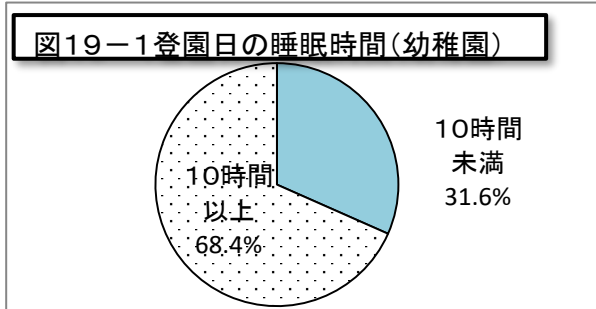
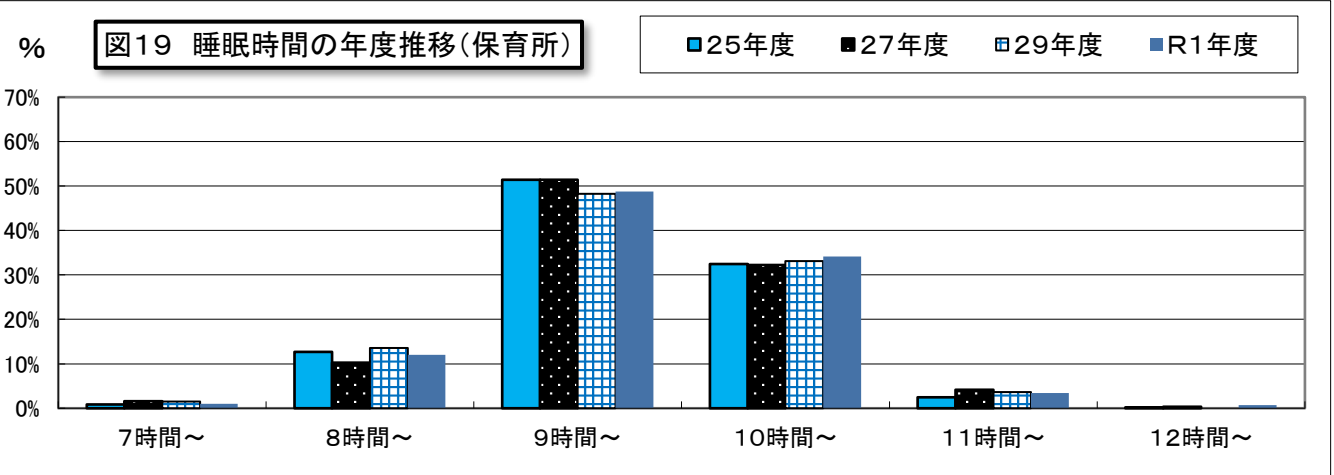
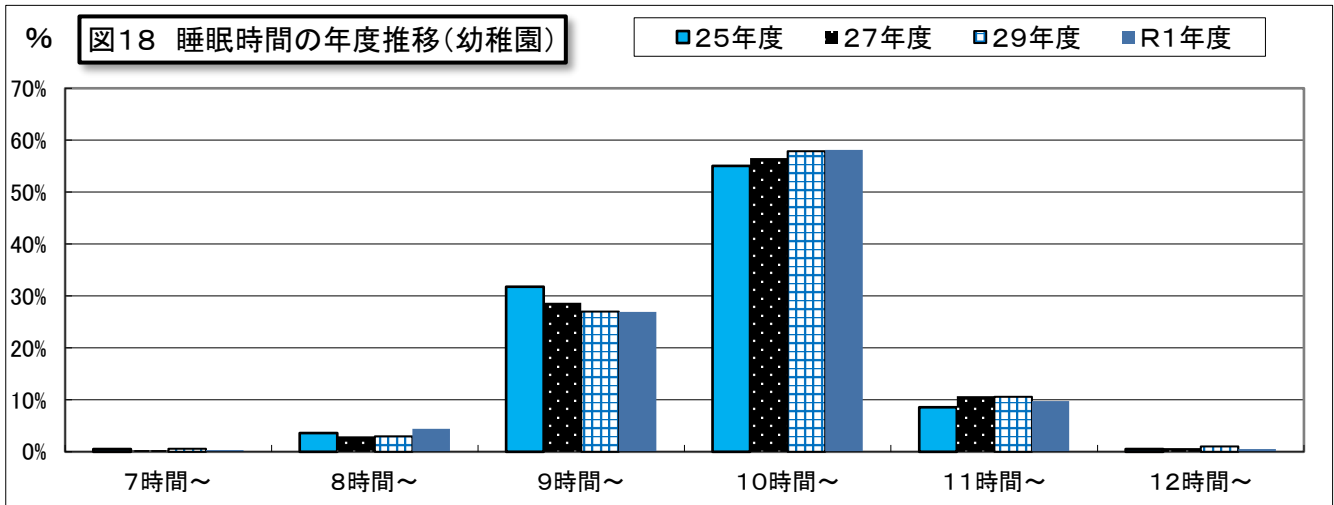


図21 休日のテレビの時間

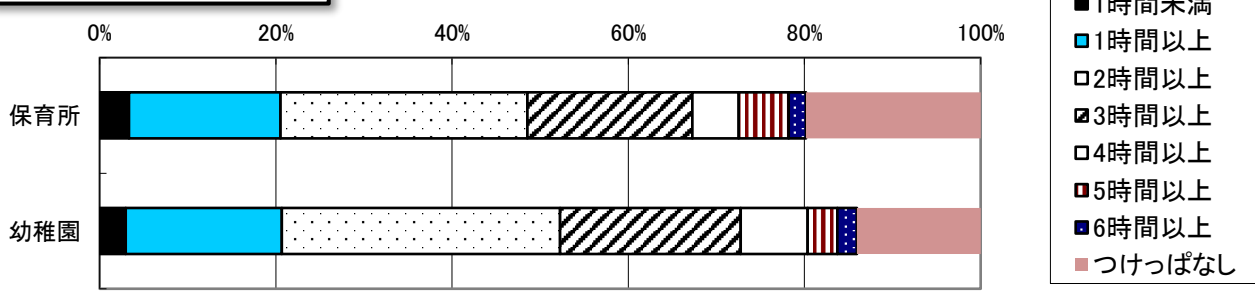


図21-1 休日のテレビの時間(幼稚園)

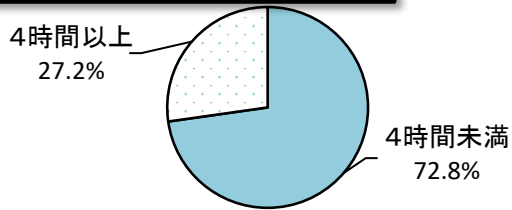


図21-2 休日のテレビの時間(保育所)

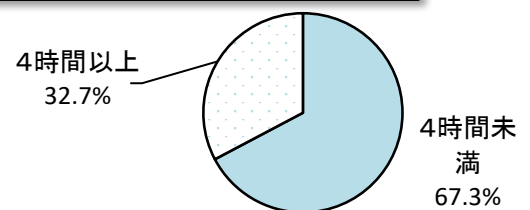


図22 降園後の外遊び等の時間

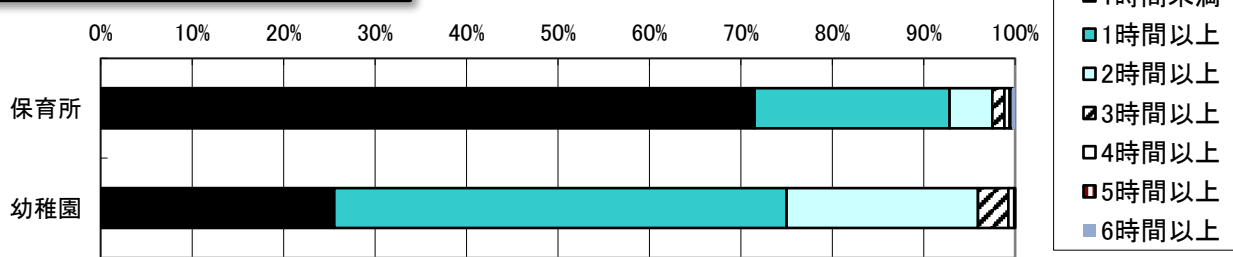


図23-1 スマホ・タブレット使用の有無

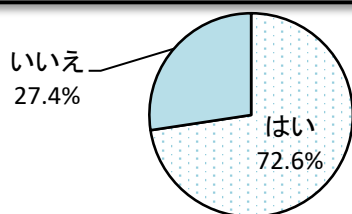


図23-2 スマホ・タブレット使用時間

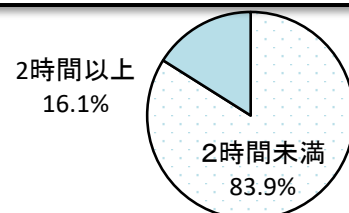


図23-3 スマホタブレット使用(誰と)

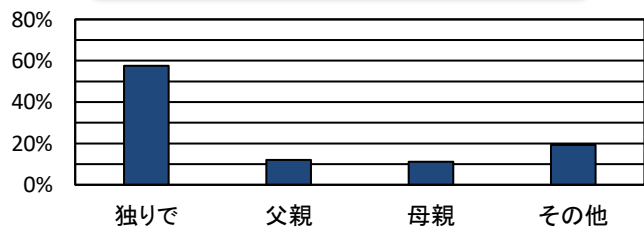


図23-4 スマホタブレット使用(いつ)

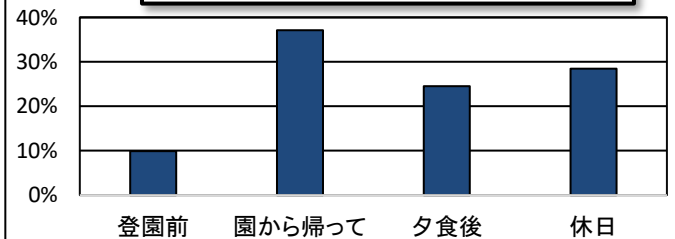
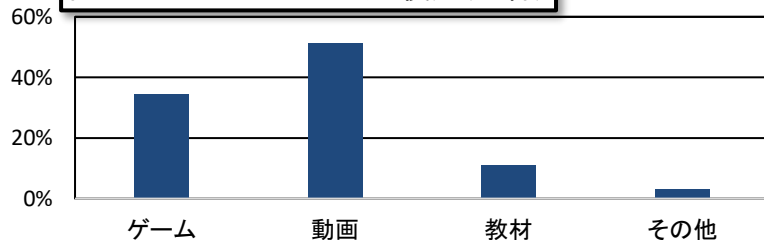


図23-5 スマホタブレット使用(内容)



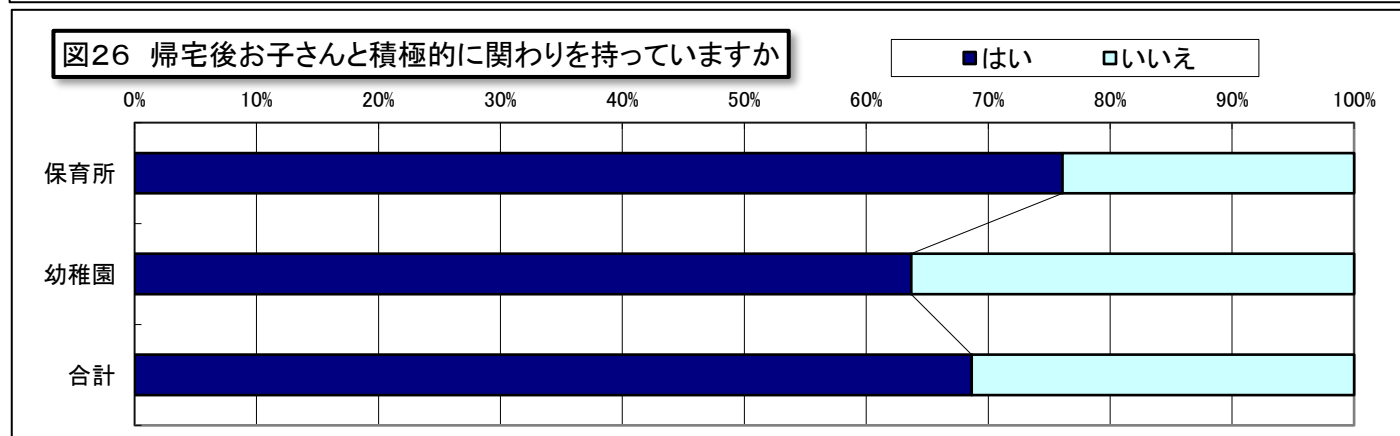
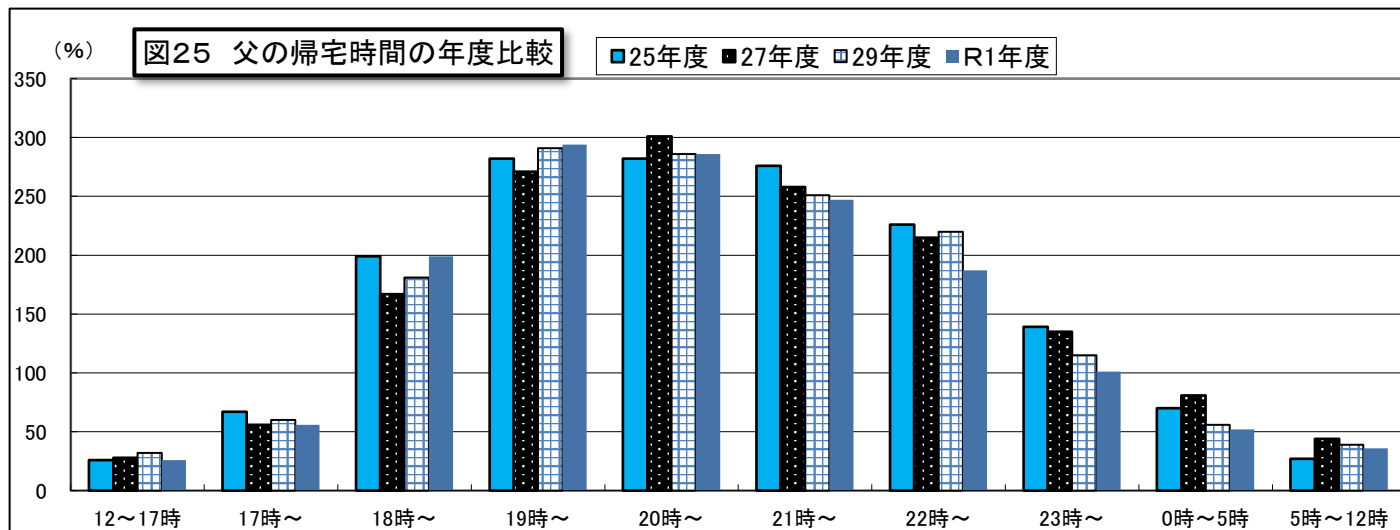
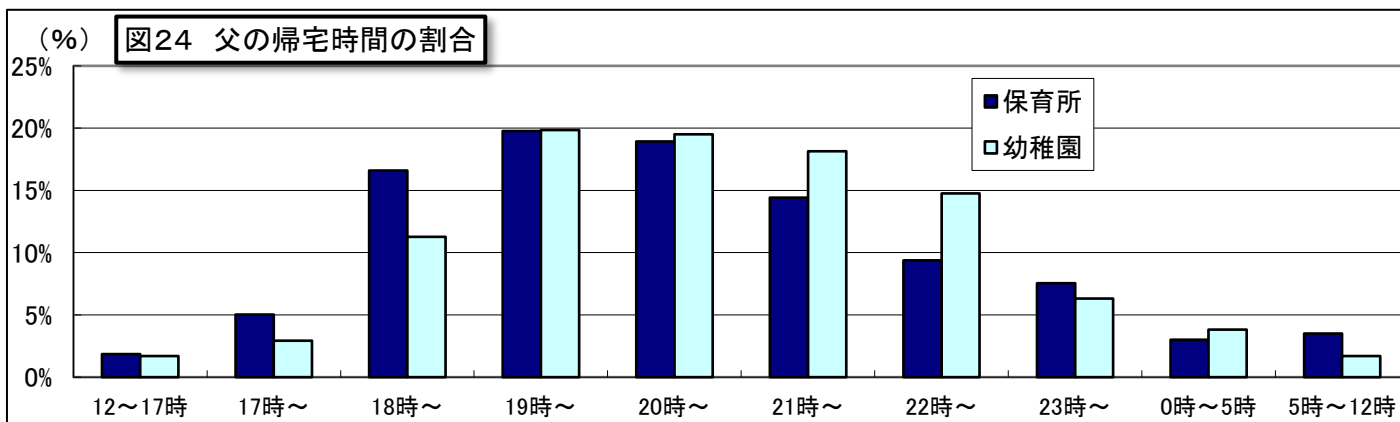


図27 仕事がお休みの日、お子さんとどのように過ごすか

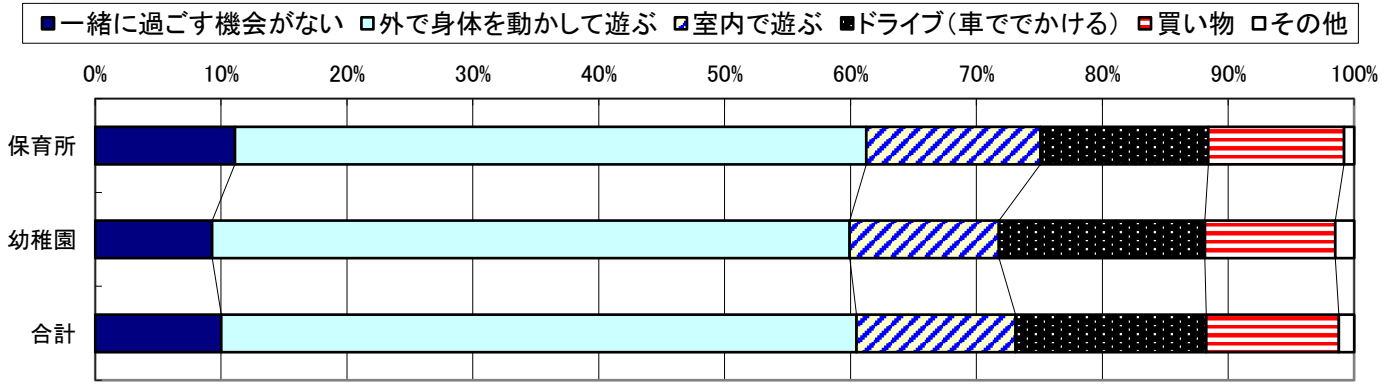
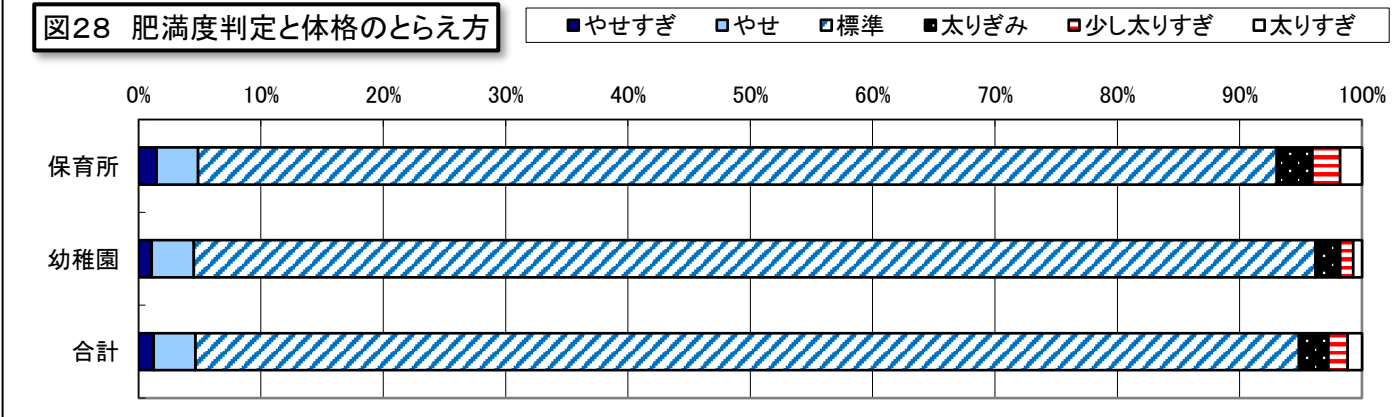


図28 肥満度判定と体格のとらえ方



体格をどう
思っている
か

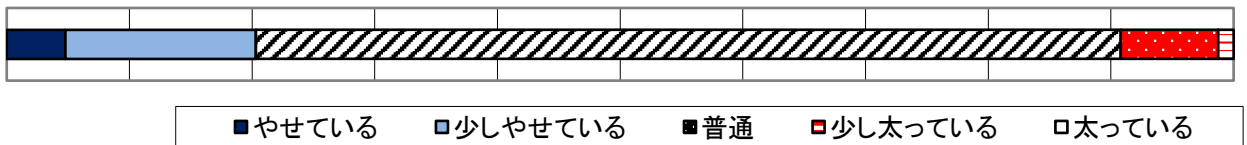
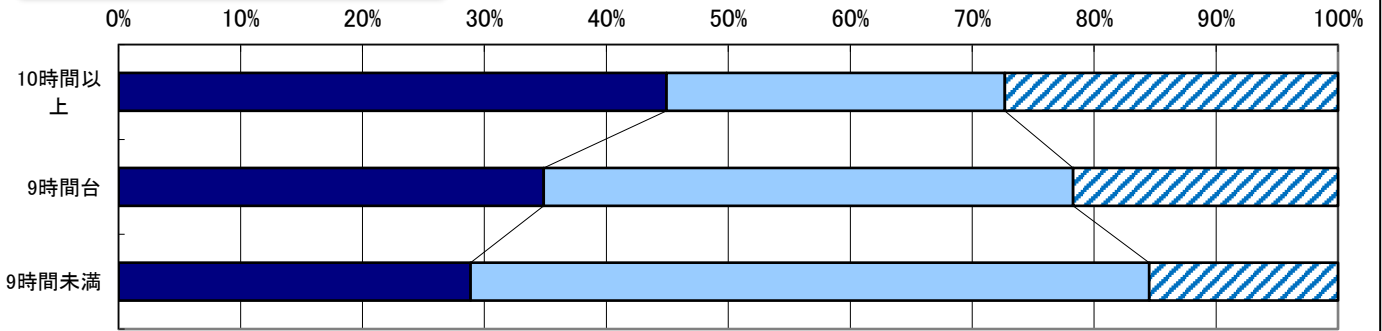


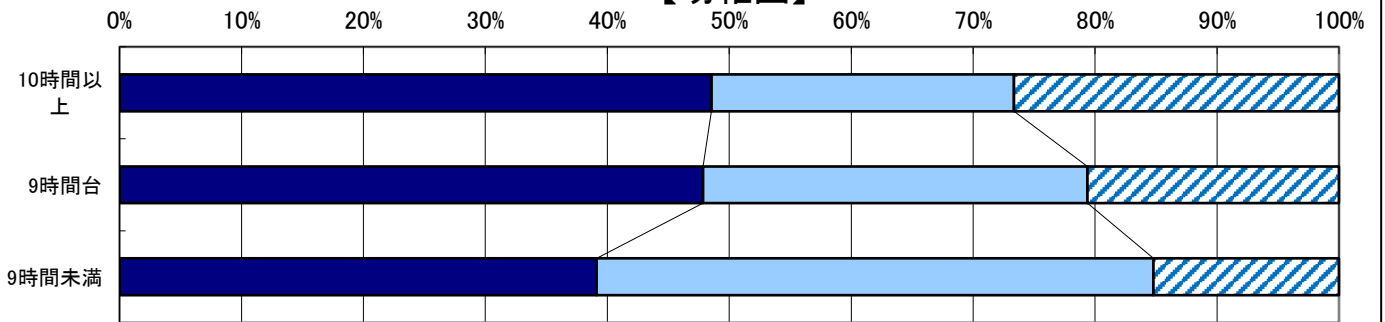
図29 睡眠時間と目覚めの状況

【全体】

■自分で起きる □起こされる ▨半々



【幼稚園】



【保育所】

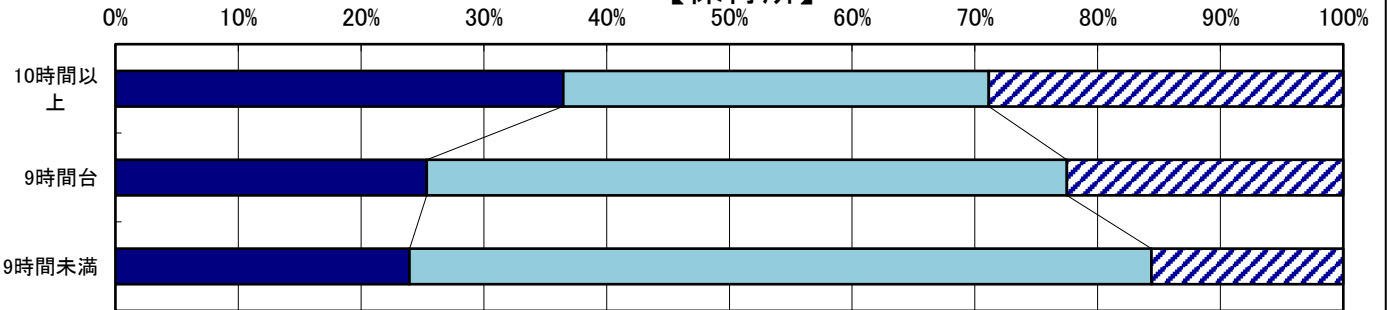


図30 朝食を食べている割合

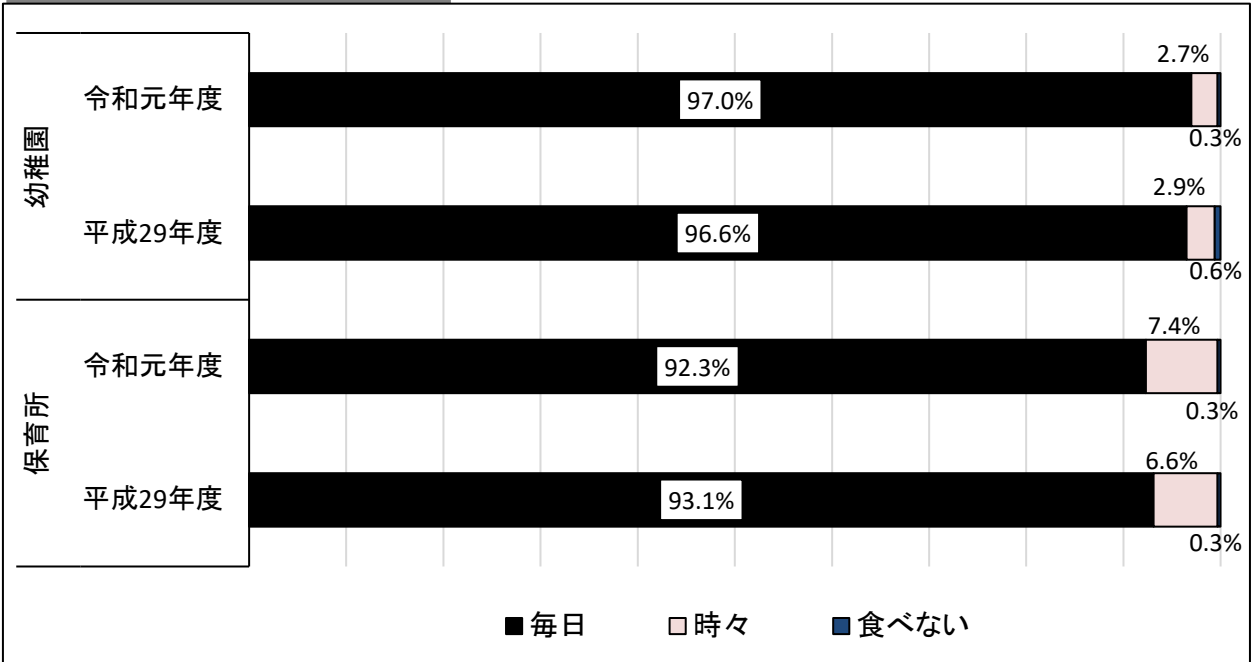


図31 朝食で主食、主菜、副菜がそろっている割合

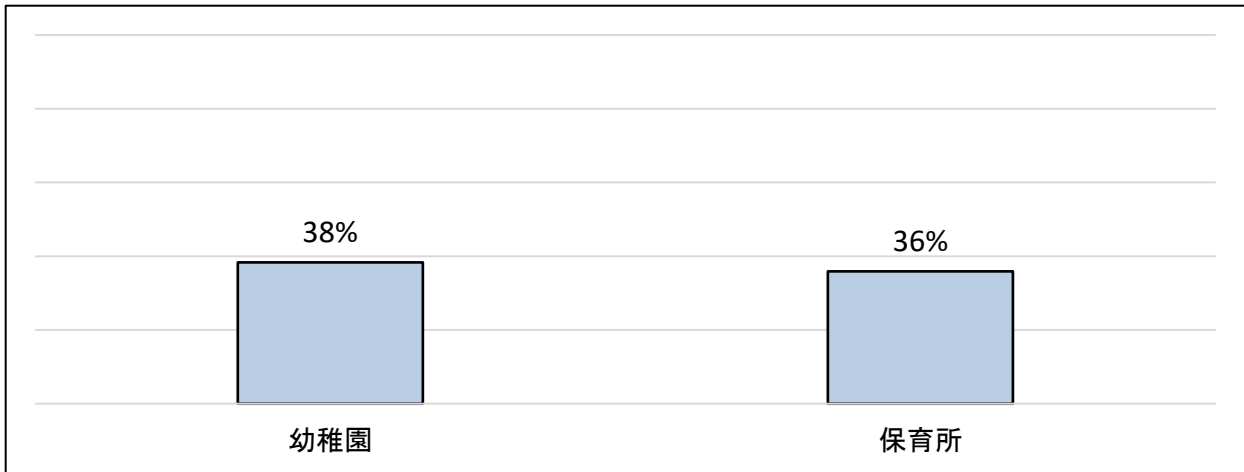


図32 朝食にかかる時間(全体)

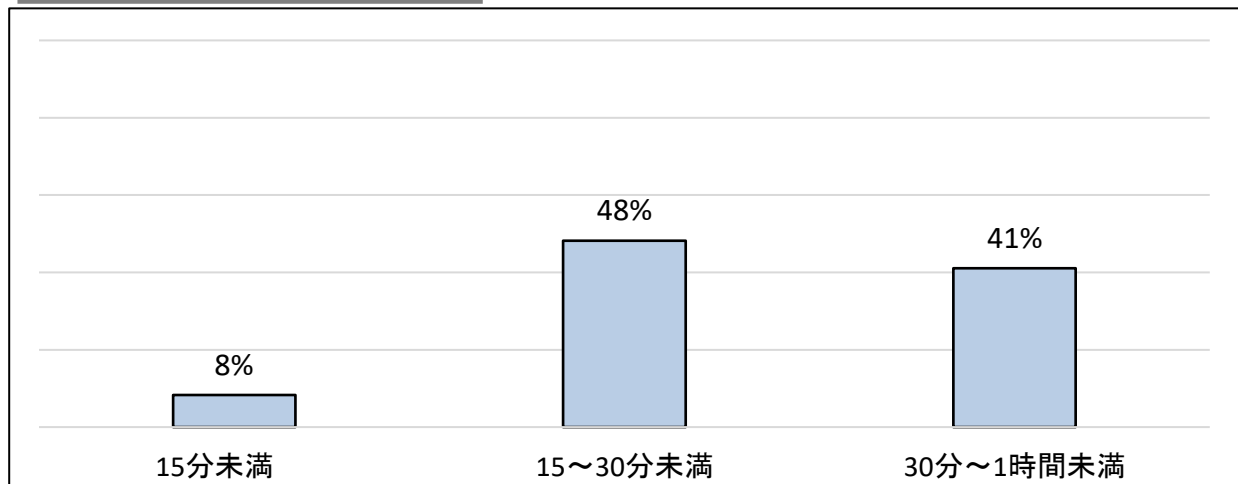


図33 朝食にかかる時間が15分未満の園児の起床時間(全体)

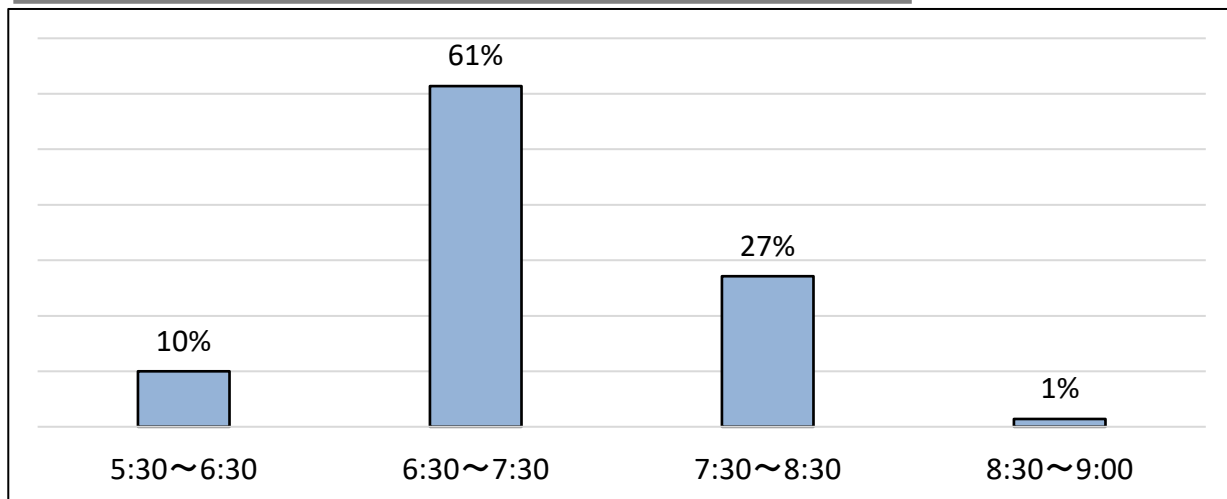


図34 朝食における孤食の割合(全体)

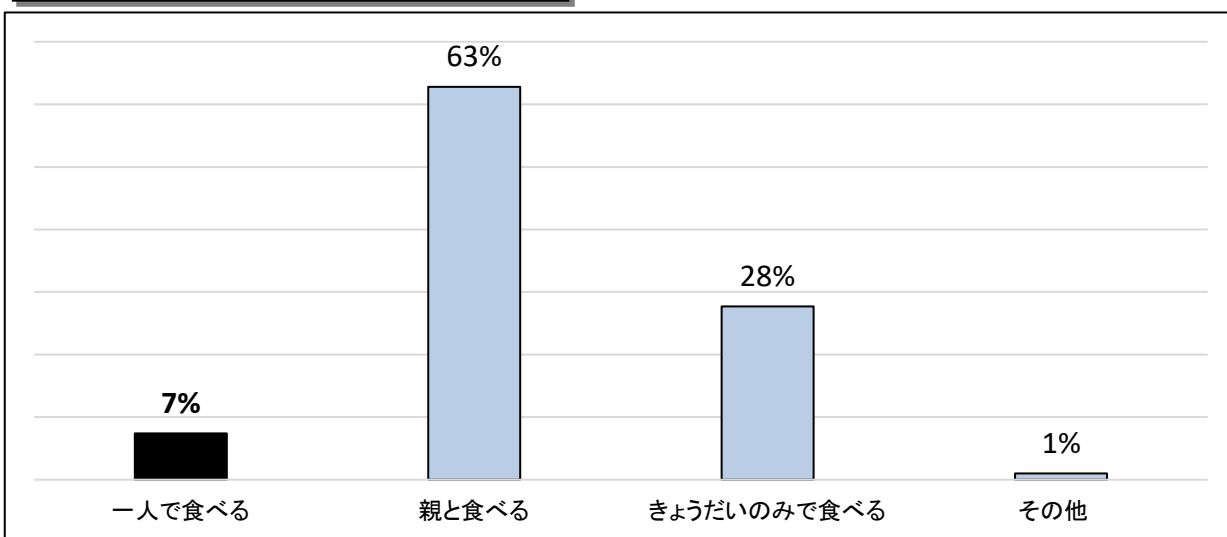


図35 単品の朝食(主食のみ、主菜のみ、副菜のみ)の割合

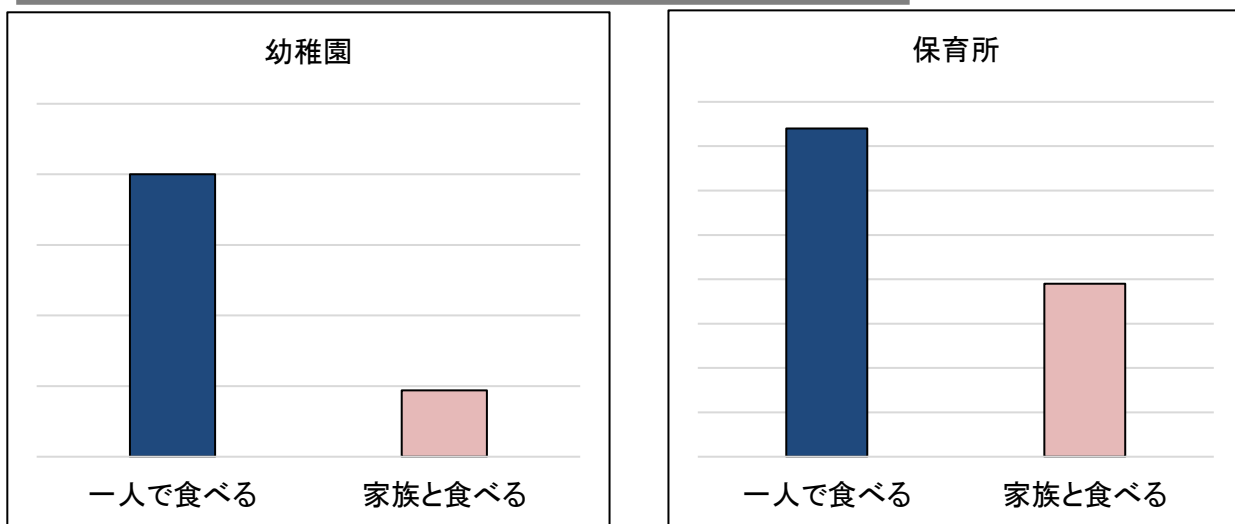


図36 昼食時の飲み物

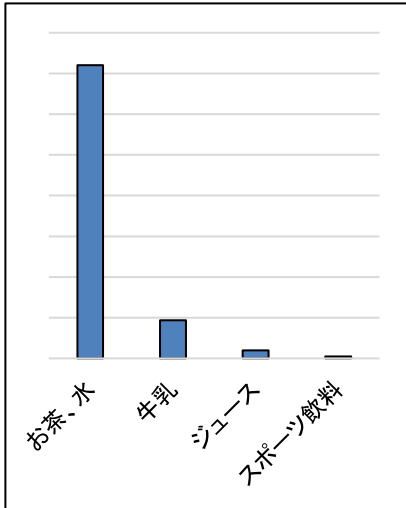


図37 夕食時の飲み物

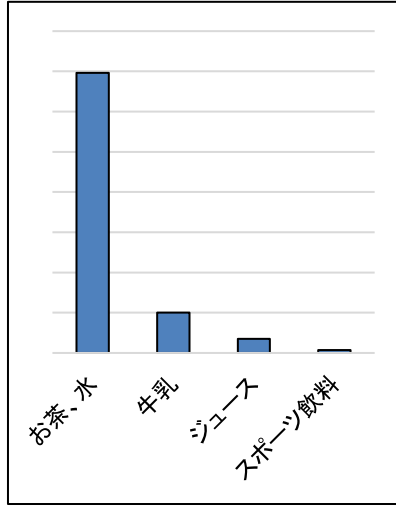


図38 おやつ時の飲み物

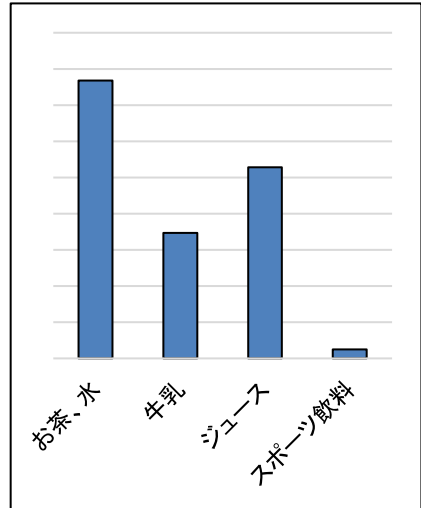
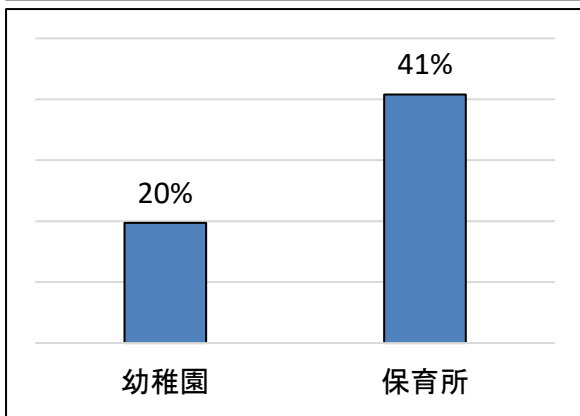
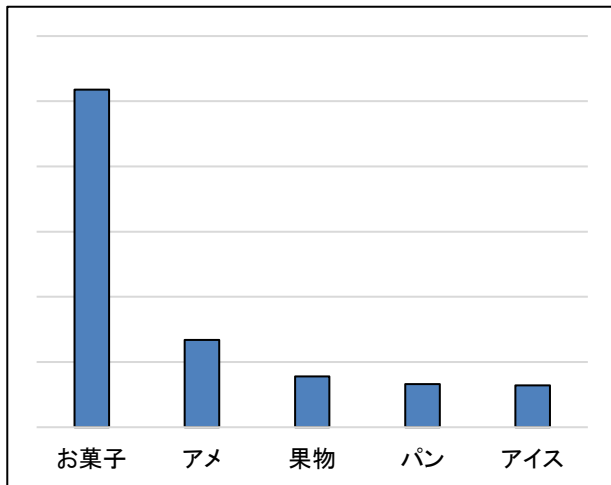


図39 食事前の1時間以内に飲食する割合

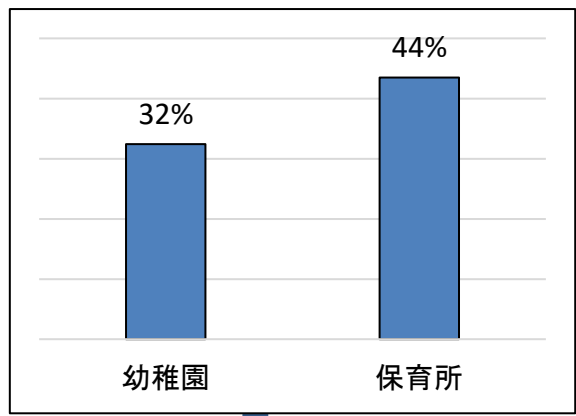


↓
飲食の内容

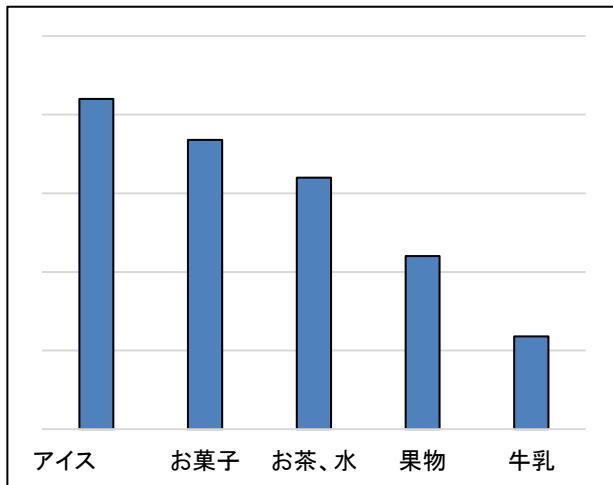


その他・・・牛乳、ヨーグルト、おにぎり

図40 夕食後から就寝までに飲食する割合

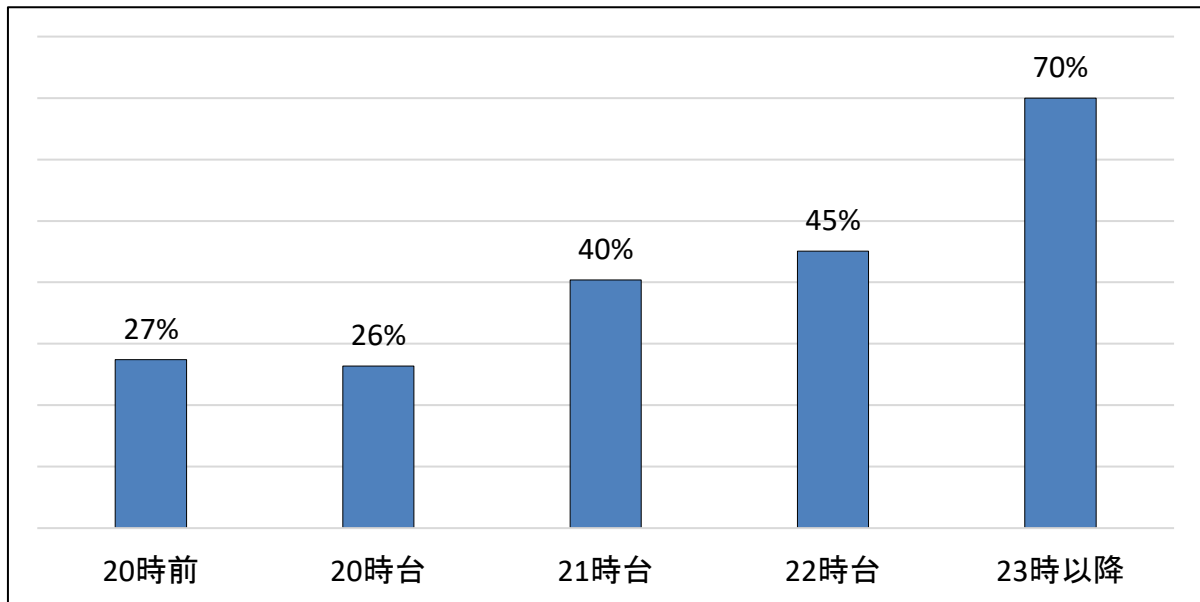


↓
飲食の内容



その他・・・ジュース、ヨーグルト

図41 就寝時間と夕食後の飲食の割合



令和元年度 5歳児生活実態調査について

資料2-2

1 対 象 市内の公立幼稚園・保育所に在籍する5歳児（年長児）
（平成25年4月2日から平成26年4月1日生まれの児）

2 期 間 令和元年6月1日から令和元年6月30日まで

3 方 法

(1) 対象児の保護者に対して、各園より調査票を入れた封筒を配布。

(2) 調査票は無記名とし、封筒に入れた状態で、各園にて回収。

（御協力いただける保護者のみとする）

(3) 各園にて取りまとめられた調査票は、事務局が回収し、集計。

(4) 集計した調査結果は、各園をとおして保護者へ配布。

4 回収状況 配布数1,905枚

〔	幼稚園	20園	877枚	〕
	保育所	35園	721枚	
	こども園	6園	307枚	

回収数1,690枚 回収率 88.3%

[未記入が8枚含まれていたため集計には入れず、今回活用したデータ数は1682枚です。]

5 結 果

(1) 5歳児の動向について

① H21年度と比較すると5歳児の人数も減少している。

② 所属園として、幼稚園が減少し保育所の割合が増えている。

(2) 家族構成について

① 幼稚園・保育所ともに「両親と子ども」の世帯が最も多く、ついで「両親と子どもと祖父母」の順であった。

② 家族の人数では幼稚園・保育所ともに4人家族が1番多い。

(3) 子どもの生活習慣について

保育所入所児童(以下保育園児)は登園時間が遅くなる傾向が見られるが早起きの割合は高い。一方、就寝時間22時以降も高率で、睡眠時間の減少が目立つ。スマホ・タブレットの利用率は70%を超え、子どもたちにも普及している。使用理由としては、ゲームや動画がほとんどである。

① 起床が7時より前の子どもは幼稚園39.3%、保育所46.3%と保育所のほうが早起きの傾向にある。年度の変化では大きな変化は見られないが、5時起床が増えた。

② 朝食の時間は以前と同様に7時台が最も多いが、8時台が増えている。

③ 登園時間が8時より早い率は、幼稚園13.0%、保育所33.6%と保育所で高い。

H29年度と比較すると、幼稚園が0.1%増加し、保育所は4.9%低下し保育所の登園

時間も少しずつ遅くなる傾向がある。

- ④ 幼稚園の帰宅時間は14～15時台に集中しているが16～17時台も微増している。
- ⑤ 保育所の帰宅時間は17時台・18時台が多く、19時以降が5.8%で、H29年度に比べ1.4%減少した。保育所も18時台の帰宅が以前より増えている。
- ⑥ 夕食の時間は幼稚園では18時台が多く、保育所では19時台が多い。約1時間のずれがある。
- ⑦ 入浴時間は、幼稚園児は夕食後の19時台の入浴が多い。一方、保育園児は夕食後の20時台の入浴が多い。
- ⑧ 登園日の就寝時間が22時以降の子どもは、幼稚園8.6%に対し保育所21.5%と差が大きく保育園児の夜更かしは改善されていない。休日の就寝時間が22時以降の子どもは、幼稚園22.8%、保育所36.5%で、幼稚園・保育所ともに登園日に比べて休日の就寝時間が遅い傾向にある。特に保育園児に22時以降の就寝が多い。
- ⑨ 就寝時間の年度比較では幼稚園児は21時台に集中している。保育園児も21時台が増えているが20時台は15%と少なく22時台が20%と多い。
- ⑩ 登園日の睡眠時間が10時間未満の児は、幼稚園で31.6%に対して保育所では61.7%と大きな差がみられる。幼稚園では9時間睡眠が減少傾向を示し10時間睡眠に移行しつつある。
- ⑪ 就寝時間が22時以降の子どもの親がこのままの時間で良いと考えている割合が、幼稚園では1.5%、保育所は3.6%。
- ⑫ 休日に4時間以上テレビを見ている長時間視聴の子どもは、幼稚園27%、保育所33%であり、H29年度に比べ幼稚園12.4%、保育所16.9%増加した。つけっぱなしは幼稚園が14%、保育所が19.8%で保育所に多い。
- ⑬ 降園後の外遊びの時間は、保育所では1時間未満が71.5%であるのに対し、幼稚園では25%であり、幼稚園では1時間以上遊ぶ子どもが一番多くなっている。
- ⑭ スマホ・タブレットの使用状況は、70%を超えている。使用時間は2時間未満が80%を超えるが、2時間以上使用している子どもも10%を超えている。
- ⑮ スマホ・タブレットの使用は独りで使うが58%で一番多く、使用時間については園から帰って使用が37%で一番多い。夕食の準備等親が忙しい時間帯に使用されている傾向がある。
- ⑯ 使用している内容としては、「動画を見ている」が50%を超え一番多い。
- ⑰ 父親の帰宅時間は全般的に少しずつ早くなっている傾向。幼稚園では19時が一番多いが21時台まで多くなっている。一方、保育所では19時台に帰宅する父親が多い。
- ⑱ 帰宅後に子どもと積極的にかかわりを持っている父親は、保育所が幼稚園に比べ割合が多くなっている。
- ⑲ 子どもの体格については、「保育所」「幼稚園」で保護者の子どもの体格のとらえ方の差はほとんどない。

(4) 睡眠事情について

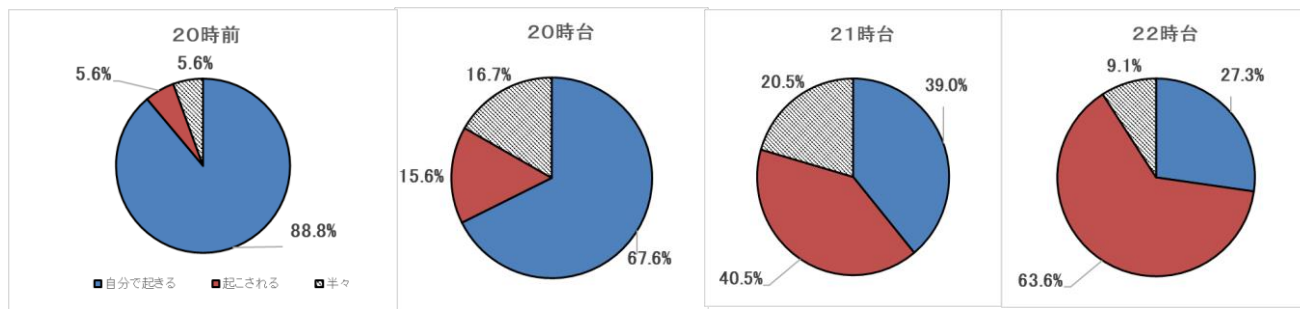
就寝時間が20時以前の子どもは自分で起きる割合が高く、就寝時間が22時以降の子どもは起こされる割合が高い傾向がある。

幼稚園・保育所とも登園日より休日の就寝時間の方が遅くなる傾向があるが、睡眠時間は登園日より休日の方がとれている。

H18年度と睡眠時間を比較すると、幼稚園では9時間未満の子どもが倍近く増え、保育所でも同

様に増えており、睡眠時間が短くなっている。

① 起床時刻が7時前の子どもの「自分で起きる」「起こされる」状況と就寝時刻の関係 (%)



② 登園日の睡眠時間をH18年度と令和元年度で比較すると、9時間未満の睡眠時間の割合は、幼稚園・保育所ともに増加している。

10時間以上の睡眠時間の割合は、幼稚園・保育所ともに減少し、睡眠時間が短くなる傾向が加速している。

幼稚園	H18年度	令和元年度
9時間未満	1.7%	4.7%
10時間以上	79.4%	68.4%
保育所	H18年度	令和元年度
9時間未満	6.6%	13.0%
10時間以上	58.8%	38.3%

(6) 子どもの食事について

朝食を毎日食べる子どもは、保育所で減少し続けており、バランスの良い朝食を食べている割合については幼稚園、保育所ともに4割に満たない状況が続いている。

夕食を食べてから寝るまでに飲食をする割合は、保育所で前回の38%から44%に増加した。

- ① 朝食を毎日食べる子どもは幼稚園では増加しているが、保育所で減少している。
- ② 主食、主菜、副菜がそろった朝食を食べる子どもは、4割に満たない。
- ③ 朝食にかかる時間は、15～30分未満が48%と最も多い。
- ④ 朝食を一人で食べる子どもは7%で、食事内容が単品になる傾向がある。
- ⑤ 夕食後から就寝までの間に飲食する子どもは幼稚園で32%、保育所で44%となっている。就寝時間が遅くなるほど、夕食後に飲食をする割合が増加する傾向がある。

保護者の皆さまへ

～生活実態調査の報告～

資料2-3-①

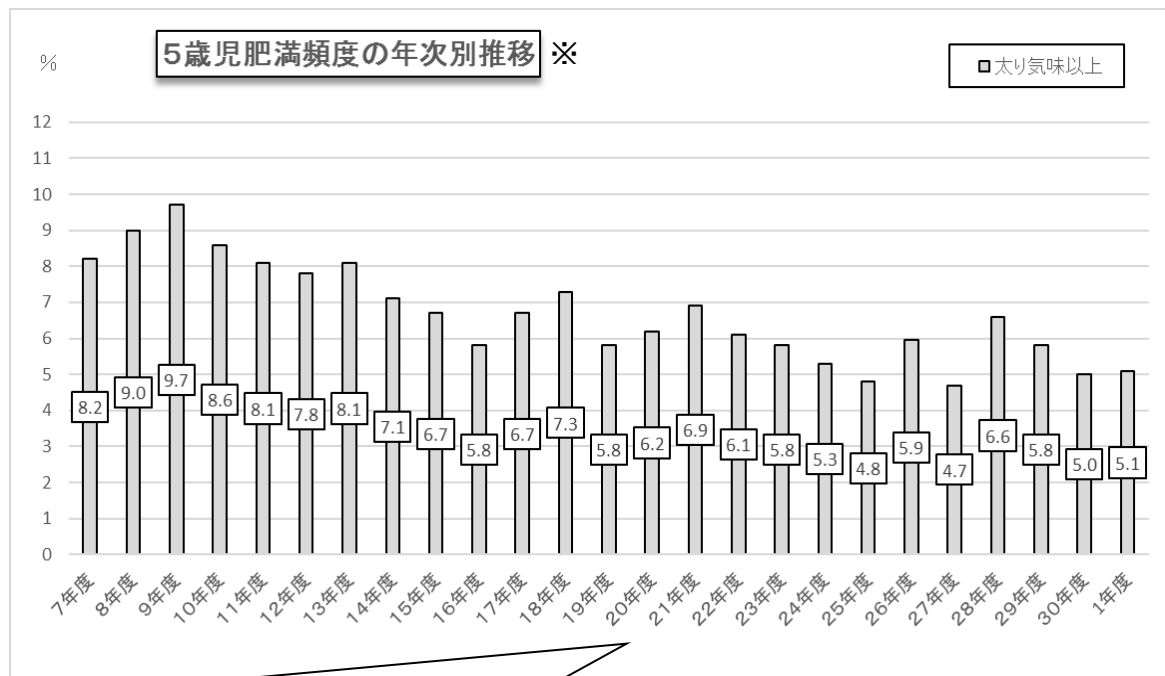
保育所

令和元年6月に御協力いただきました「子どもの生活習慣病予防のための生活実態調査」の結果がまとまりましたので、お知らせいたします。御不明な点や御相談などございましたら、平塚市保健センター（電話55-2111）まで御連絡ください。

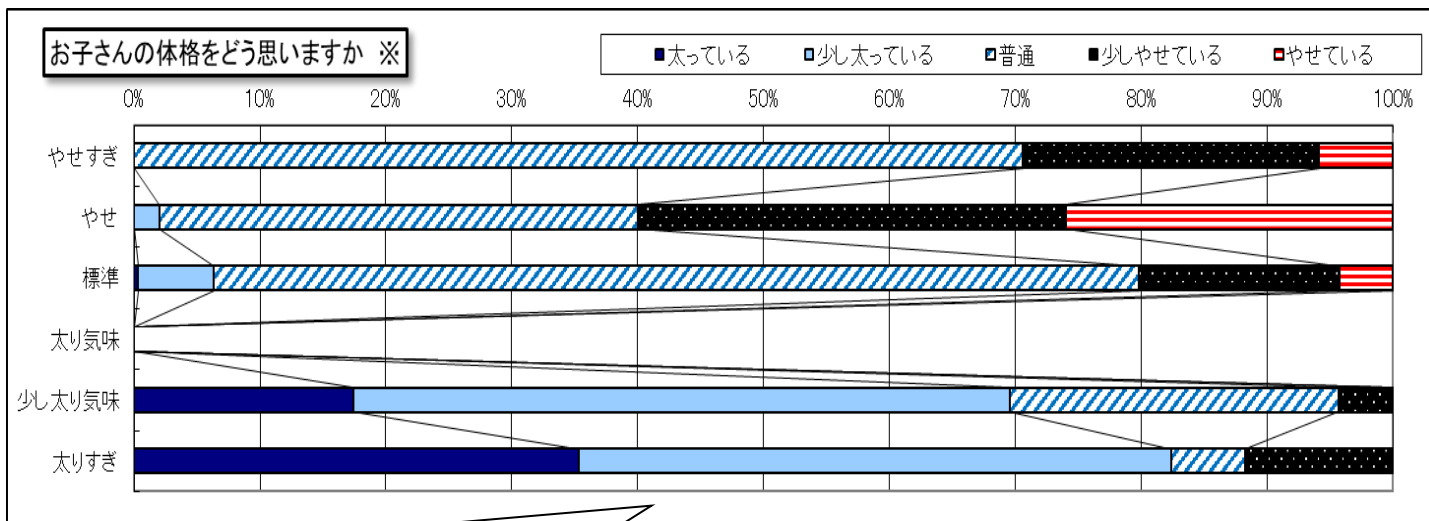
御協力ありがとうございました。

平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会

【お子さんの体格について】



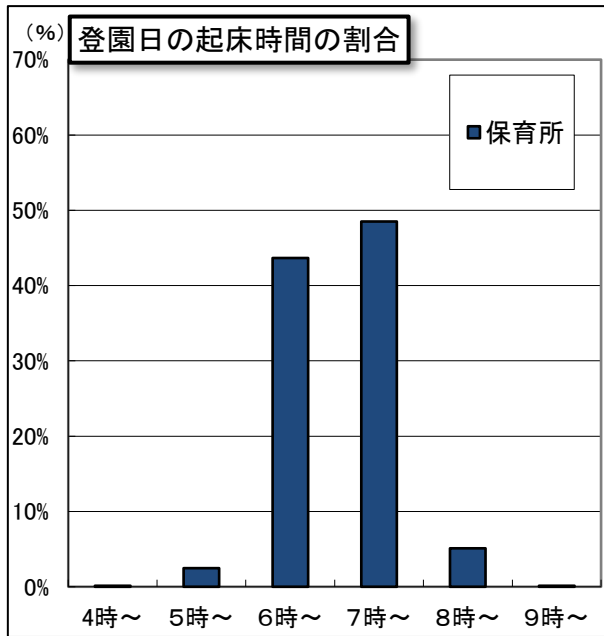
今年度肥満のお子さんの割合は横ばいの状態です。子ども時代の肥満は大人の肥満につながり、生活習慣病の予備群として考えられています。お子さんの肥満を予防するために、生活習慣を見直してみませんか？



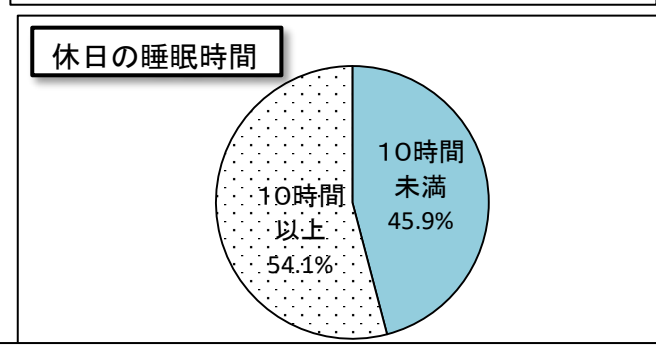
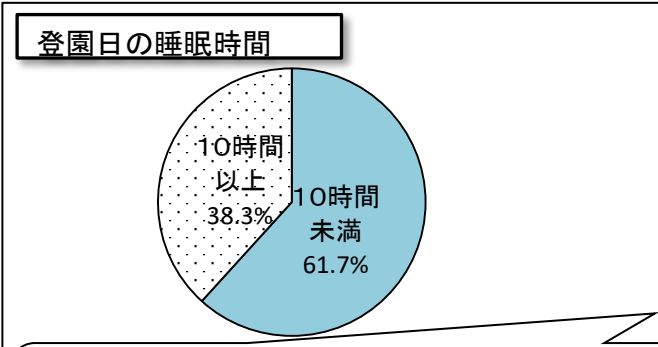
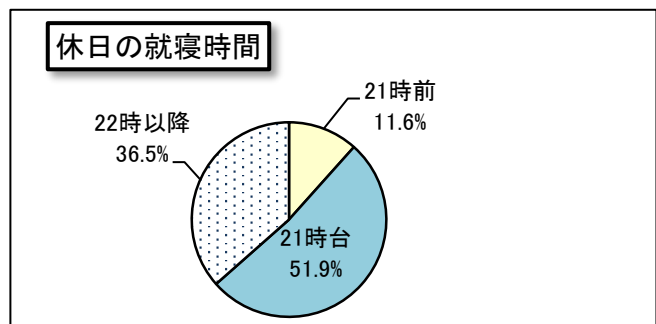
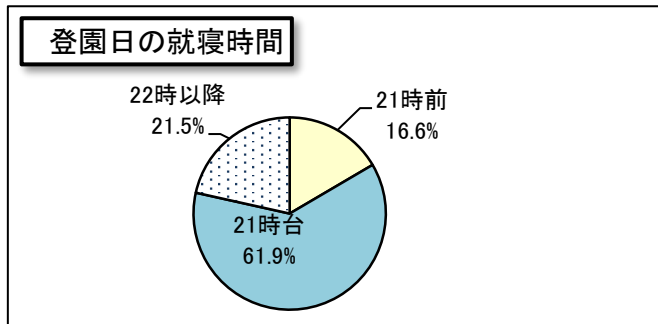
お子さんの体格が「標準」でも「やせている」や「太っている」ととらえている場合があります。また、お子さんの体格が「少し太り気み・太りすぎ」でも「普通」ととらえている場合や、「少しやせている」ととらえている場合があります。

※印のついたグラフは幼稚園、保育所合わせた結果です。

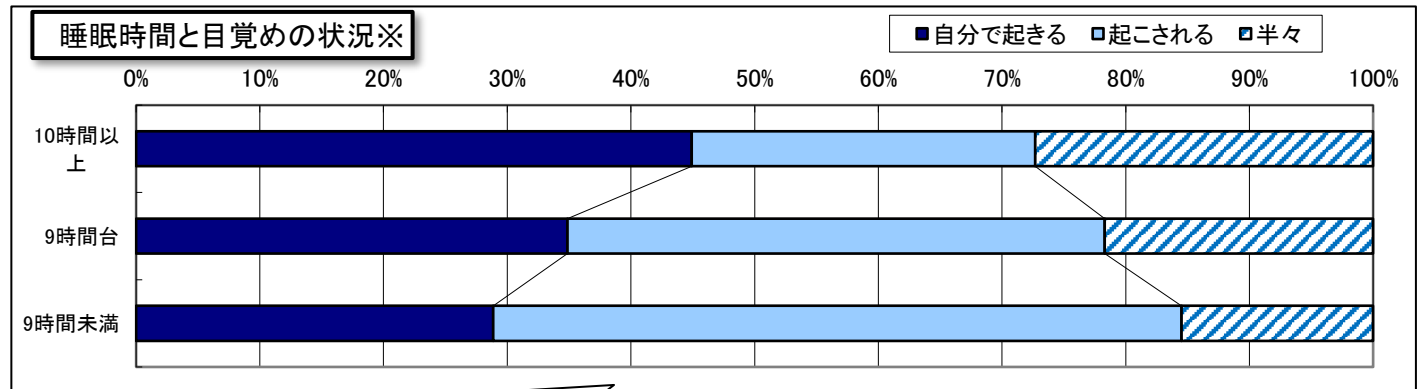
【お子さんの生活習慣について】



早い時間に起床するお子さんが
 増えています。
 就寝時間が遅くなっても、朝は登園する
 ために、起こさなければならず、すっきり起き
 られない時もあると思います。
 睡眠が不足すると発育に影響を
 及ぼすだけでなく、集中力が欠けて事故に
 つながってしまう恐れもあります。

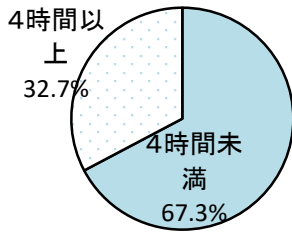


登園日と休日の就寝時間の差が生じているようです。個人差がありますが、必要な睡眠時間は10時間くらいが目安です。登園日・休日に関わらず、21時台には就寝して生活リズムを大きく変えない生活ができるとういことです。

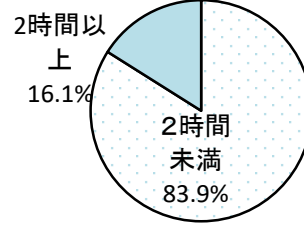


10時間以上寝ているお子さんは、自分で起きられる割合が高く、9時間未満のお子さんは起こされる割合が増えています。睡眠が十分とれると目覚めも良いようです。

休日のテレビの時間

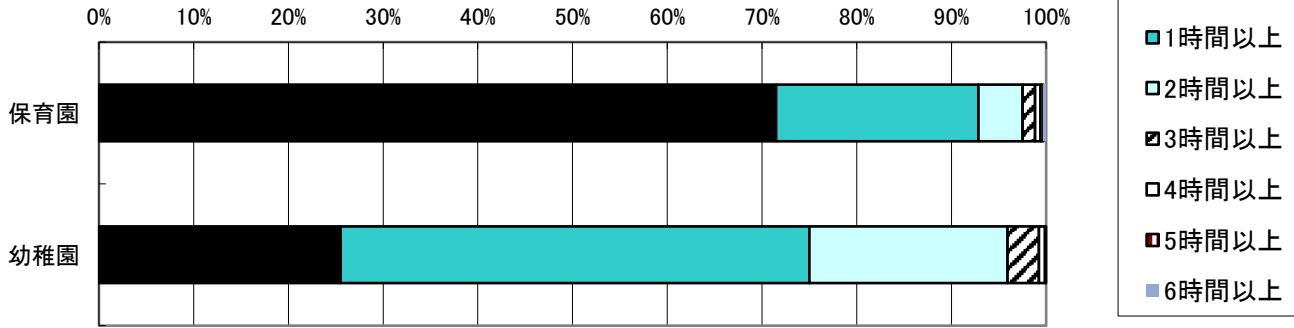


スマホ・タブレット使用時間



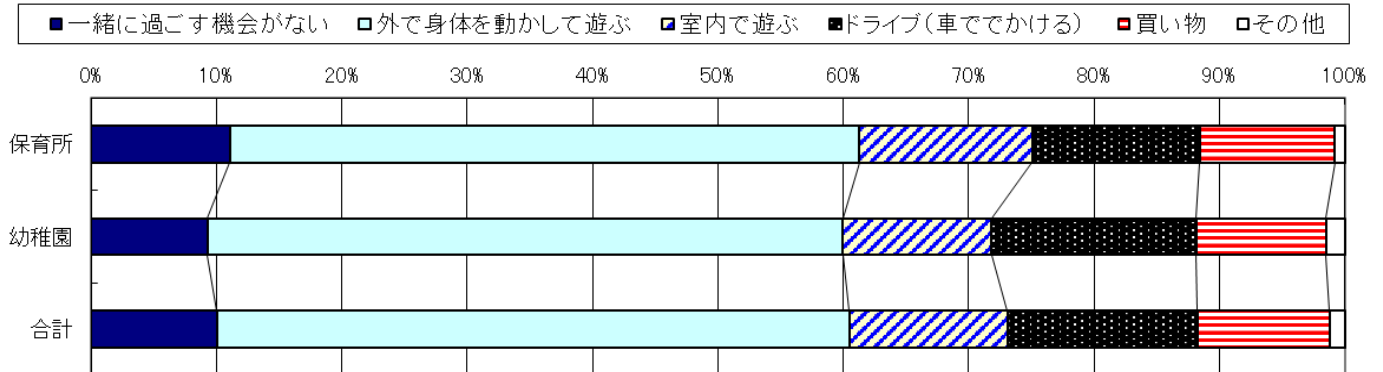
スマホ・タブレットの使用者は70%を超えています。使用者の使用時間を表しています。

降園後の外遊び等の時間



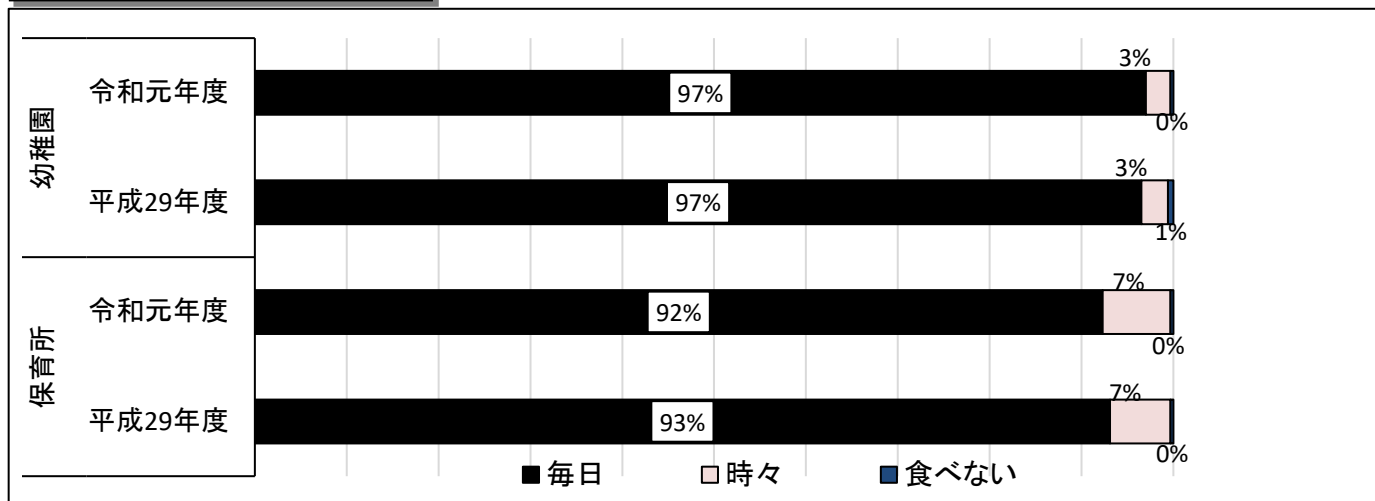
登園日の外遊びの時間について、幼稚園は1時間以上2時間未満、保育所は1時間未満の割合が一番多いです。
 テレビやビデオの時間が4時間以上に長くなると、外遊びの機会は減ってしまいます。
 外で元気よく遊ぶ習慣は、子どもの頃から身につけたいものです。
 子どもの体力低下が取りざたされているなか、運動する楽しさや気持ち良さを子どもの頃から体験させてあげたいですね。

仕事がお休みの日、お子さんとどのように過ごすか

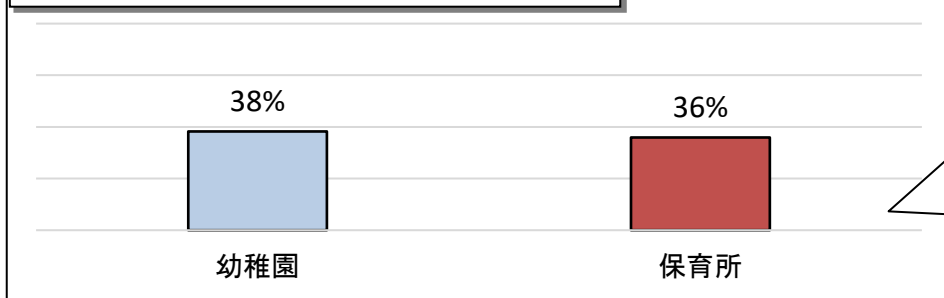


【お子さんの食事について】

朝食を毎日食べていますか



朝食で主食、主菜、副菜がそろっている割合



主食、主菜、副菜がそろった朝食を食べている子どもは、4割に満たない状況です。朝食にはトマトや冷凍しておいたブロッコリーなど、お子さんが食べやすい野菜を取り入れましょう。

夕食後から寝るまでに飲食する割合

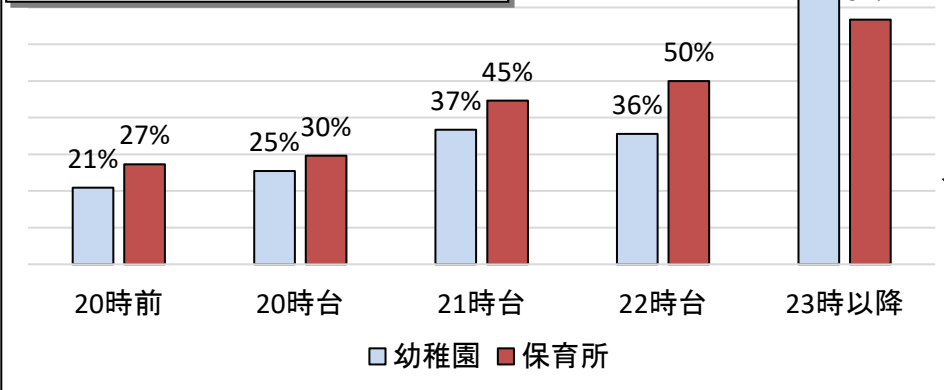


幼稚園では3割、保育所では4割程度が夕食後、飲食をしている状況です。

飲食の内容

アイス、お菓子、お茶・水果物、牛乳など（多い順）

就寝時間と夕食後の飲食の関係



就寝が遅くなるほど、夕食を食べてから寝るまでの間に飲食することが増えます。翌日の朝食に影響することがあるため、夕食後は水かお茶を飲む程度にしましょう。

保護者の皆さまへ

～生活実態調査の報告～

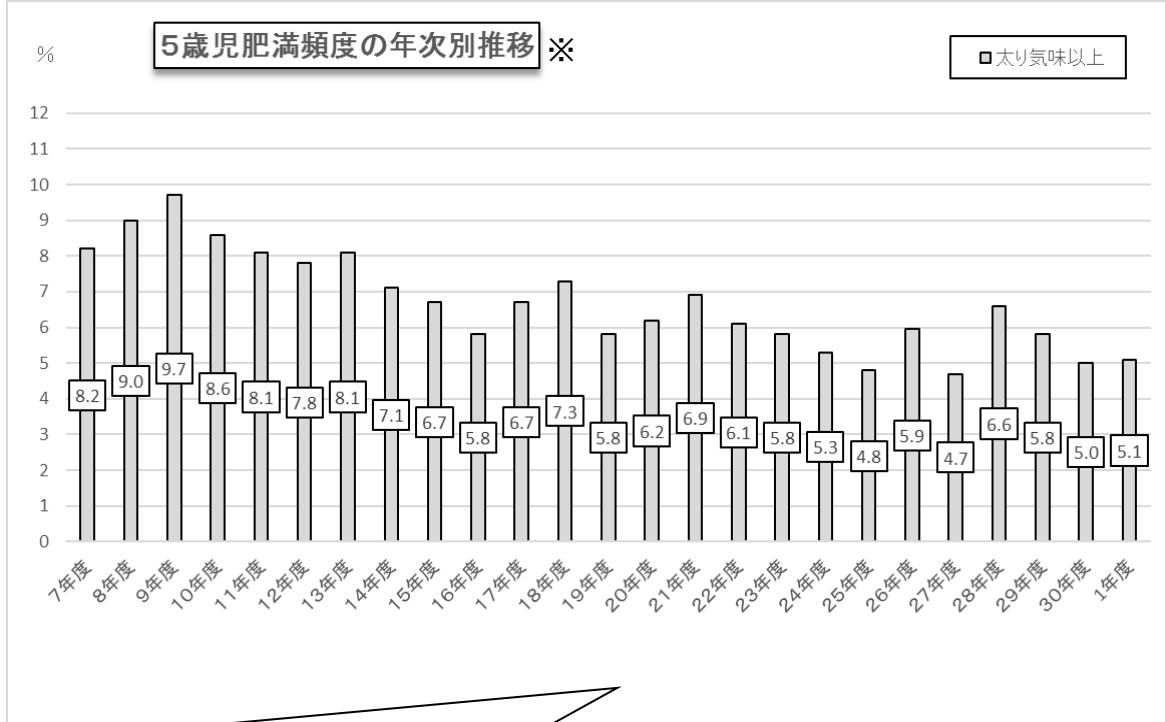
資料2-3-②
幼稚園

令和元年6月に御協力いただきました「子どもの生活習慣病予防のための生活実態調査」の結果がまとまりましたので、お知らせいたします。御不明な点や御相談などございましたら、平塚市保健センター（電話55-2111）まで御連絡ください。

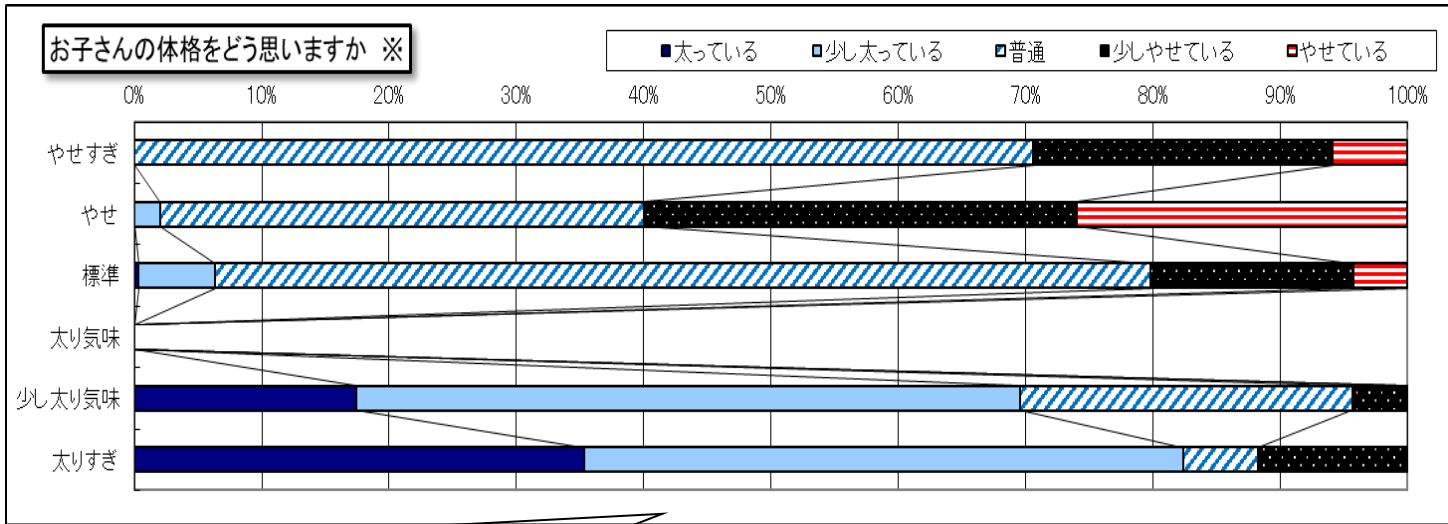
御協力ありがとうございました。

平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会

【お子さんの体格について】



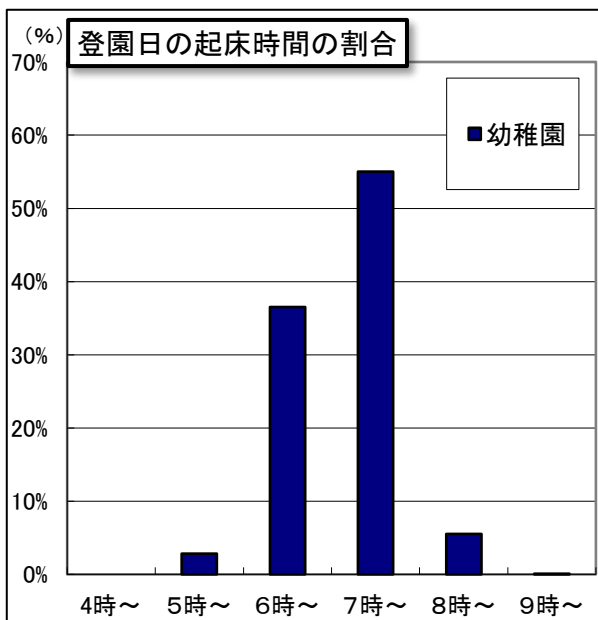
今年度肥満のお子さんの割合は横ばいの状態です。子ども時代の肥満は大人の肥満につながり、生活習慣病の予備群として考えられています。お子さんの肥満を予防するために、生活習慣を見直してみませんか？



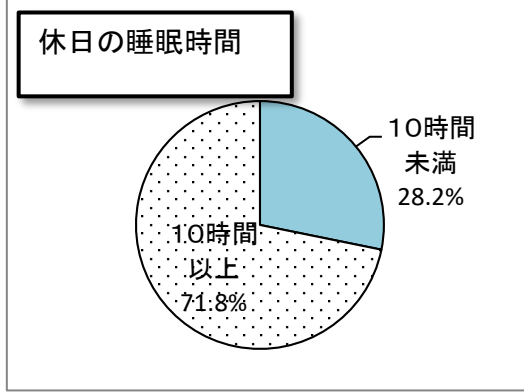
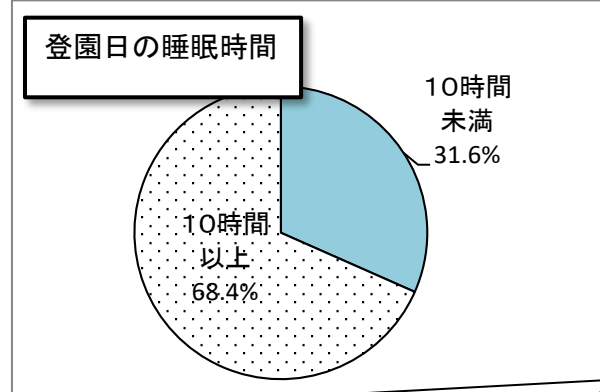
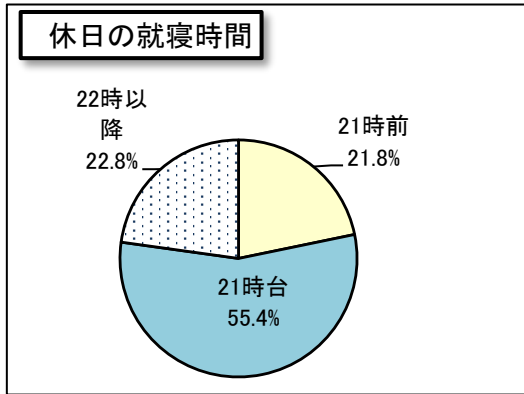
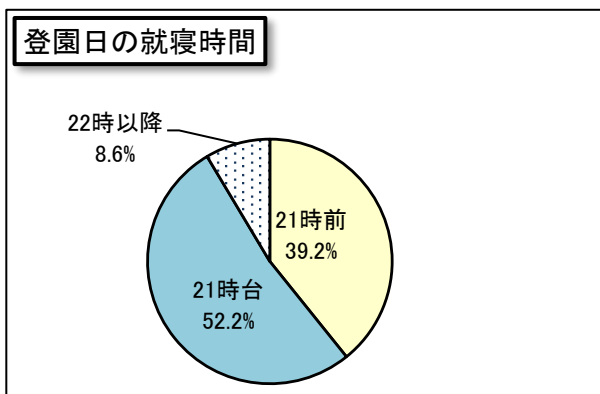
お子さんの体格が「標準」でも「やせている」や「太っている」ととらえている場合があります。また、お子さんの体格が「少し太りぎみ・太りすぎ」でも「普通」ととらえている場合や、「少しやせている」ととらえている場合があります。あなたのお子さんの体格はどうでしょうか？

※印のついたグラフは幼稚園、保育所合わせた結果です。

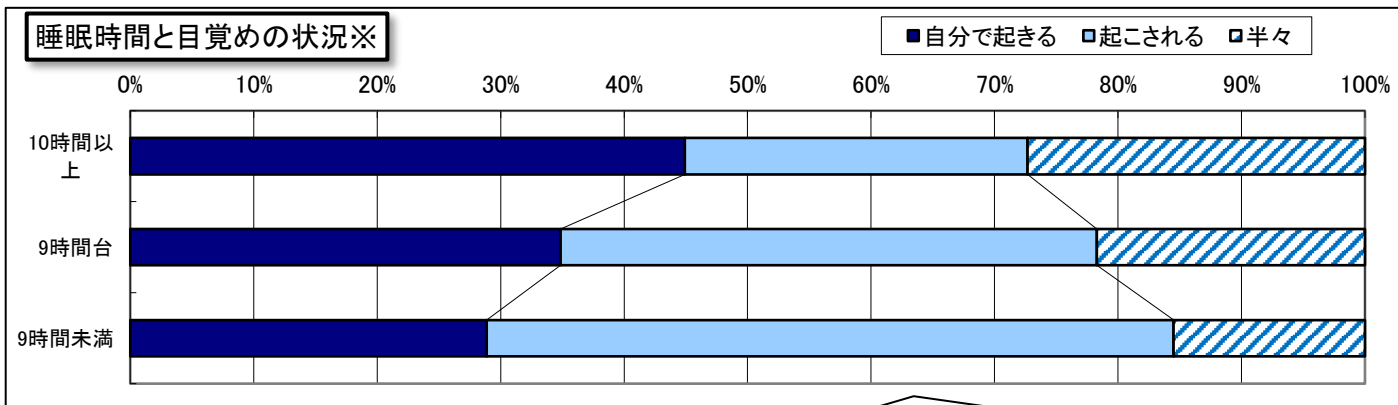
【お子さんの生活習慣について】



早い時間に起床するお子さんが増えて
います。
就寝時間が遅くなっても、朝は登園する
ために、起こさなければならず、すっきり
起きられない時もあると思います。
睡眠が不足すると発育に影響を及ぼすだ
けでなく、集中力が欠けて事故につながっ
てしまう恐れもあります。

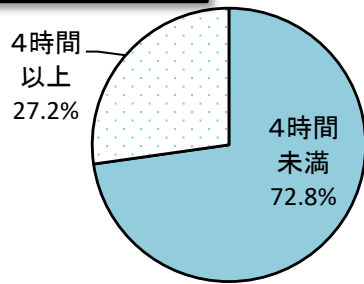


登園日と休日の就寝時間の差が生じているようです。個人差がありますが、必要な睡眠時間は10時間くらいが目安です。登園日・休日に関わらず、21時台には就寝して生活リズムを大きく変えない生活ができるとういことです。

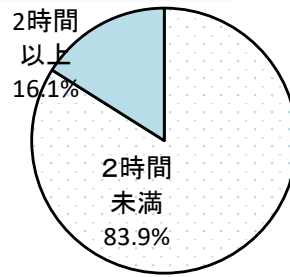


10時間以上寝ているお子さんは、自分で起きられる割合が高く、9時間未満のお子さんは起こされる割合が増えています。睡眠が十分とれると目覚めも良いようです。

休日のテレビの時間

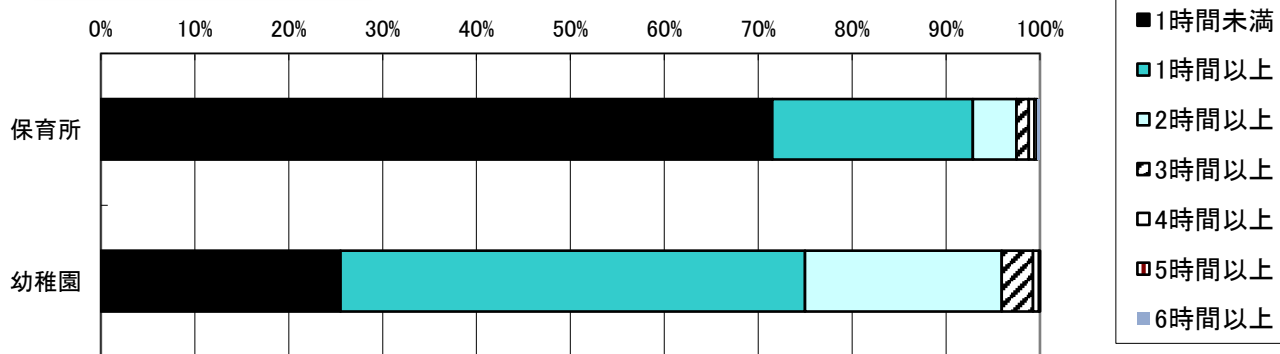


スマホ・タブレット使用時間



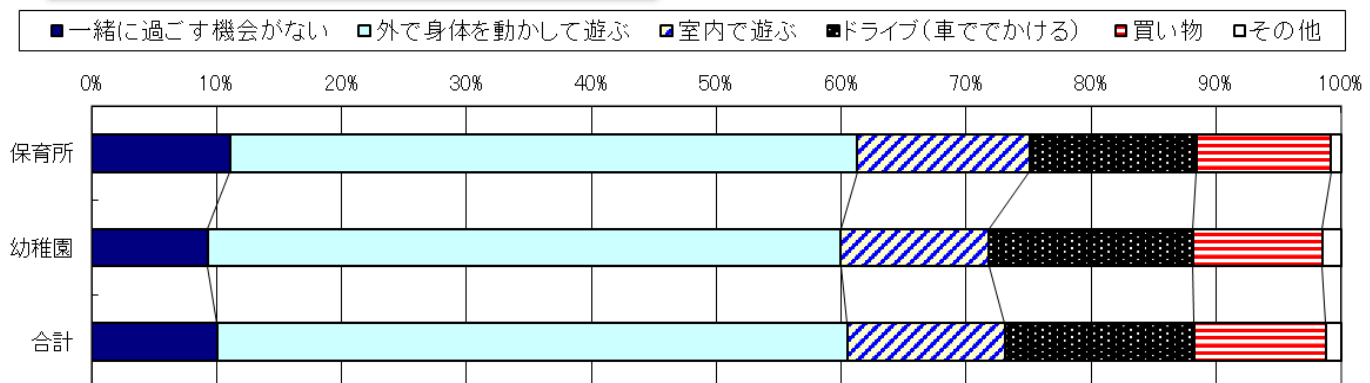
スマホ・タブレットの使用者は70%を超えています。使用者の使用時間を表しています。

降園後の外遊び等の時間



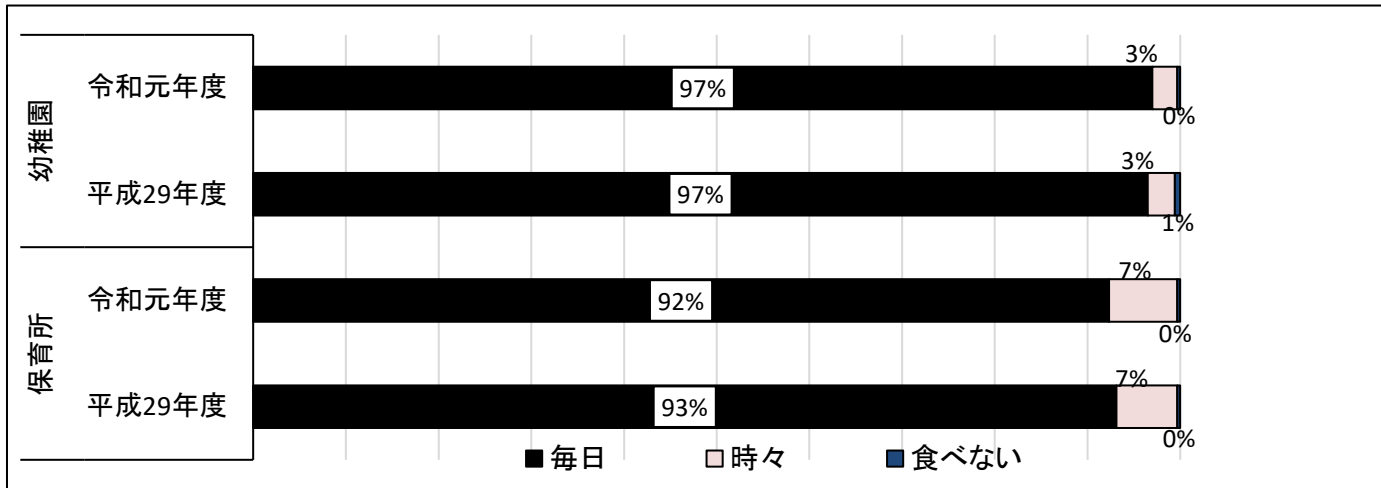
登園日の外遊びの時間について、幼稚園は1時間以上2時間未満、保育所は1時間未満の割合が一番多いです。
テレビやビデオの時間が4時間以上に長くなると、外遊びの機会は減ってしまいます。外で元気よく遊ぶ習慣は、子どもの頃から身につけたいものです。子どもの体力低下が取りざたされているなか、運動する楽しさや気持ち良さを子どもの頃から体験させてあげたいですね。

仕事がお休みの日、お子さんとどのように過ごすか

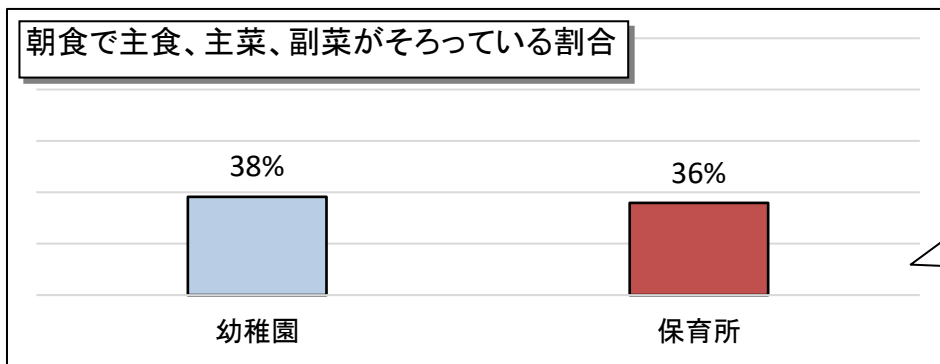


【お子さんの食事について】

朝食を毎日食べていますか

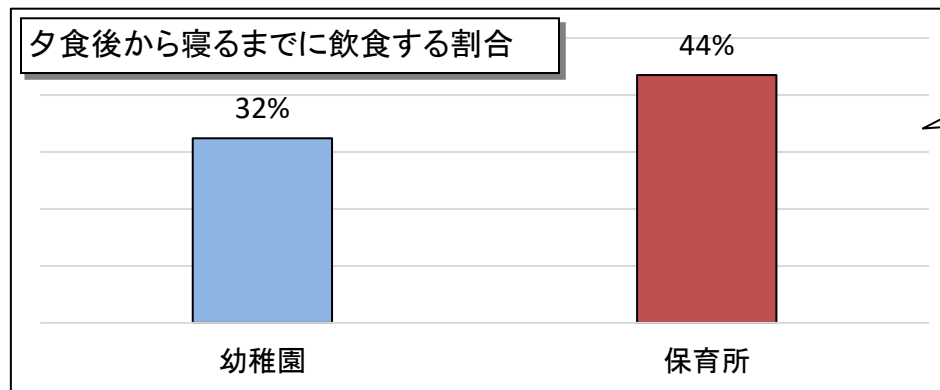


朝食で主食、主菜、副菜がそろっている割合



主食、主菜、副菜がそろった朝食を食べている子どもは、4割に満たない状況です。朝食にはトマトや冷凍しておいたブロッコリーなど、お子さんが食べやすい野菜を取り入れましょう。

夕食後から寝るまでに飲食する割合

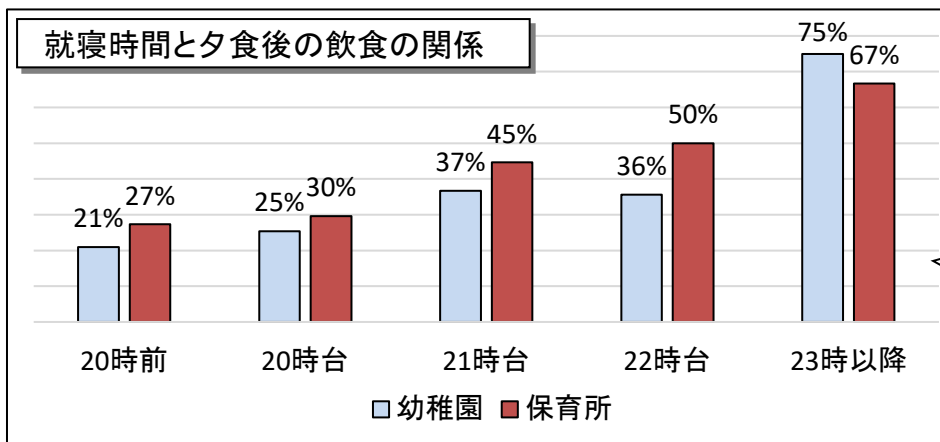


幼稚園では3割、保育所では4割程度が夕食後、飲食をしている状況です。

飲食の内容

アイス、お菓子、お茶・水果物、牛乳など（多い順）

就寝時間と夕食後の飲食の関係



就寝が遅くなるほど、夕食を食べてから寝るまでの間に飲食することが増えます。翌日の朝食に影響することがあるため、夕食後は水かお茶を飲む程度にしましょう。

5歳児生活実態調査の推移

資料2-4

		平成16年度	平成21年度	令和元年度
1	幼稚園児数：保育園児数比	77：23	72：28	57：43
2	アンケート回収率	84.2%	89.1%	88.3%
3	家族構成			
	祖父母同居率			
	保育園児	15.8%	15.1%	14.2%
	幼稚園児	19.4%	17.6%	14.3%
4	児の生活習慣			
(1)	起床時間			
	7時台			
	保育園児	63%	56%	48.5%
	幼稚園児	68%	62%	55%
	6時台			
	保育園児	24%	38%	43.7%
	幼稚園児	25%	31%	36.5%
(2)	帰宅時間			
	幼稚園児			
	14時台	72%	68%	61.7%
	15時台	22%	28%	29.4%
	保育園児			
	17時台	38%	40%	32.6%
	18時台	36%	36%	36.6%
(3)	就寝時間22時以降			
	保育園児	31%	25%	21.5%
	幼稚園児	13%	10%	8.6%
(4)	睡眠時間10時間未満			
	保育園児	44%	42%	61.7%
	幼稚園児	22%	23%	31.6%
(5)	食事前1時間以内に飲食することはあるか			
	保育園児	ある 64.8% ない 30.4%	ある 60.1% ない 39.4%	ある41%
	幼稚園児	ある 43.2% ない 54.3%	ある 38.7% ない 60.7%	ある20%
	内容上位5つ	①菓子全般 ②ジュース ③あめ、グミ ④牛乳 ⑤お茶	①菓子全般 ②あめ、グミ ③パン ④お茶 ⑤アイス ⑤スナック	①菓子全般 ②あめ、グミ ③果物 ④パン ⑤アイス
(6)	夕食後から就寝までに飲食することはあるか			
	保育園児	ある 48.8% ない 49.1%	ある 43.8% ない 55.4%	ある44%
	幼稚園児	ある 39.5% ない 59.3%	ある 32.9% ない 66.6%	ある32%
	内容上位5つ	①くだもの ②アイス ③牛乳 ④お茶 ⑤ジュース	①くだもの ②アイス ③お茶 ④菓子全般 ⑤乳製品	①アイス ②菓子全般 ③お茶、水 ④果物 ⑤牛乳
5	父親の帰宅時間			
(1)	ピーク			
	保育園児	18時台後半	19時台前半	19時台
	幼稚園児	19時台後半	19時台前半	19時台
(2)	21時までに帰宅できない父親			
	保育園児	(調査なし)	38.3%	31.3%
	幼稚園児	(調査なし)	49.4%	39.2%
(3)	帰宅後の積極的な関わり			
	保育園児	68.9%	71.2%	76.1%
	幼稚園児	58.0%	59.8%	63.7%

3 歳児健康診査時の肥満対策強化について

1 取組内容

- 1) 健診会場の待合の部屋に食生活に関するポスターと運動に関するポスターを掲示
- 2) 肥満度 15～20%未満：栄養相談を受けるよう促し（生活相談は必要時）
 肥満度 20%以上：小児科医師による身長体重曲線のプロットと保護者への肥満状況の説明。
 生活相談、栄養相談、乳幼児ケアの促し
- 3) 運動の必要性や運動に関するパンフレットによる情報提供

2 健診後のフォロー

肥満度 20%以上の場合、3～6 か月後の乳幼児ケアを予約し小児科医師による診察、保健師、管理栄養士による健診以降の生活状況の確認と助言、指導を行っている。

3 平成 30 年度 3 歳児健康診査の結果

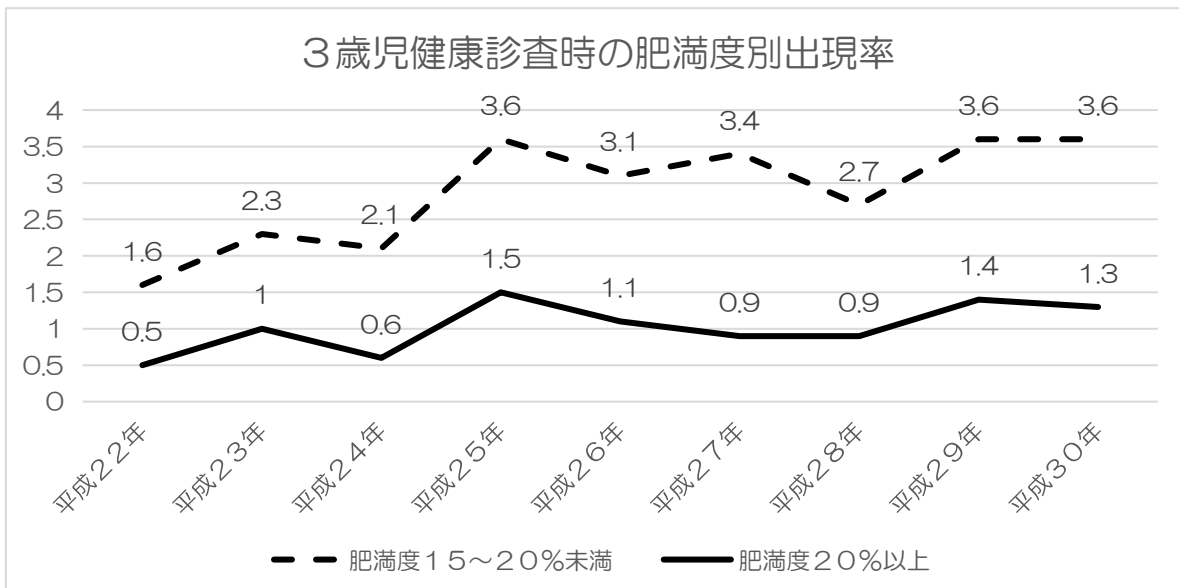
【表 1】

平成 30 年度 3 歳児健診受診者 (人)	肥満度 15～20%未満の児 (人)	割合 (%)	肥満度 20%以上の児 (人)	割合 (%)
1 8 3 8 人	6 6	3. 5 9	2 4	1. 3 0

- 1) 肥満度 15～20%未満の児
 栄養相談を回った人数・・・5 5/6 6 (人) 8 3. 3 3 (%)
 パンフレットを渡し結果説明した人数・・・2/6 6 (人) 3. 0 3 (%)
- 2) 肥満度 20%以上の児
 栄養相談、生活相談を回った人数・・・2 3/2 4 (人) 9 5. 8 3 (%)

4 年次推移

【図 1】



5 肥満度20%以上の児の健診後フォロー

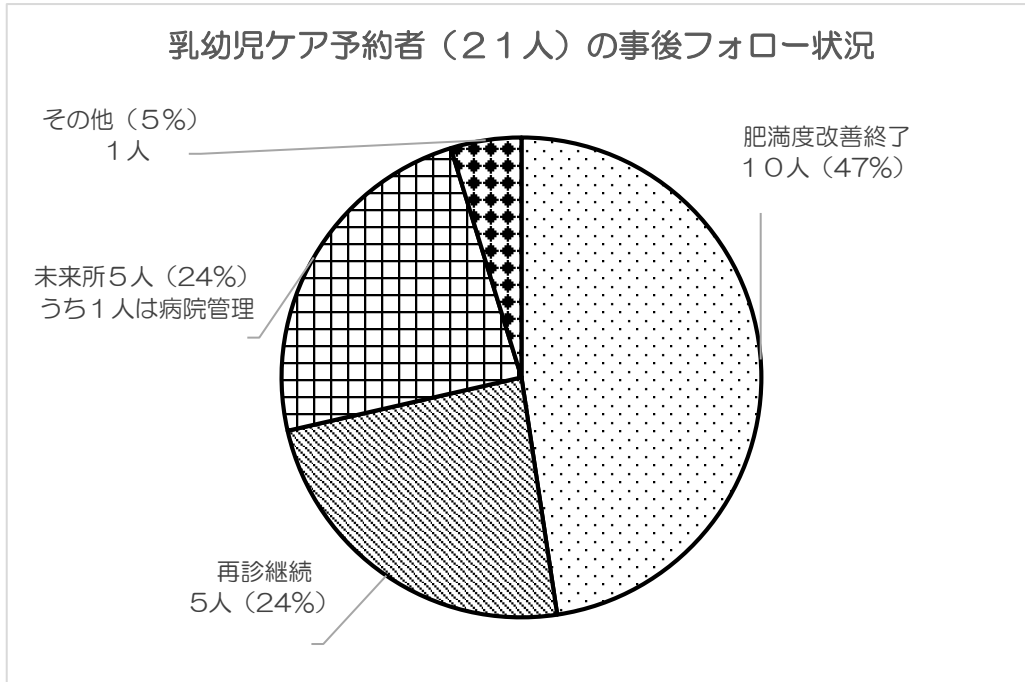
乳幼児ケア予約・・・21/24（人）

他市に転出・・・1/24（人）

病院管理中・・・1/24（人）

電話フォロー・・・1/24（人）

【図2】



肥満児調査結果の推移(小学校4年生)

1.肥満児頻度

年度	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
肥満児(人)	216	207	211	201	165	217	173	179	174	149	206	174	165	178	164	173	183
在籍数(人)	2,364	2,383	2,306	2,451	2,416	2,384	2,303	2,390	2,338	2,336	2,380	2,278	2,203	2,189	2,203	2,205	2,104
割合(%)	9.1	8.7	9.2	8.2	6.8	9.1	7.5	7.5	7.4	6.4	8.7	7.6	7.5	8.1	7.4	7.8	8.7

2.男女別

年度	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
全体(%)	9.1	8.7	9.2	8.2	6.8	9.1	7.5	7.5	7.4	6.4	8.7	7.6	7.5	8.1	7.4	7.8	8.7
男子(%)	10.4	11.4	10.9	9.2	7.8	9.3	8.1	8.6	7.6	5.6	8.6	8.1	7.7	8.7	9.0	8.9	9.5
女子(%)	7.7	5.3	7.2	7.1	5.9	8.8	6.9	6.4	7.3	7.1	8.7	7.1	7.3	7.5	5.7	6.9	7.9

3.「受診のすすめ」/肥満児(配布率)

年度	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
配布数(人)	176	157	173	167	140	153	138	149	141	140	166	66	70	91	72	74	66
肥満児(人)	216	207	211	201	165	217	173	179	174	149	206	174 (80)	165 (74)	178 (93)	164 (73)	173 (77)	183 (76)
割合(%)	81.5	75.8	82.0	83.1	84.8	70.5	79.8	83.2	81.0	94.0	80.6	37.9 (82.5)	42.4 (94.6)	51.1 (97.8)	43.9 (98.6)	42.8 (96.1)	36.1 (86.8)

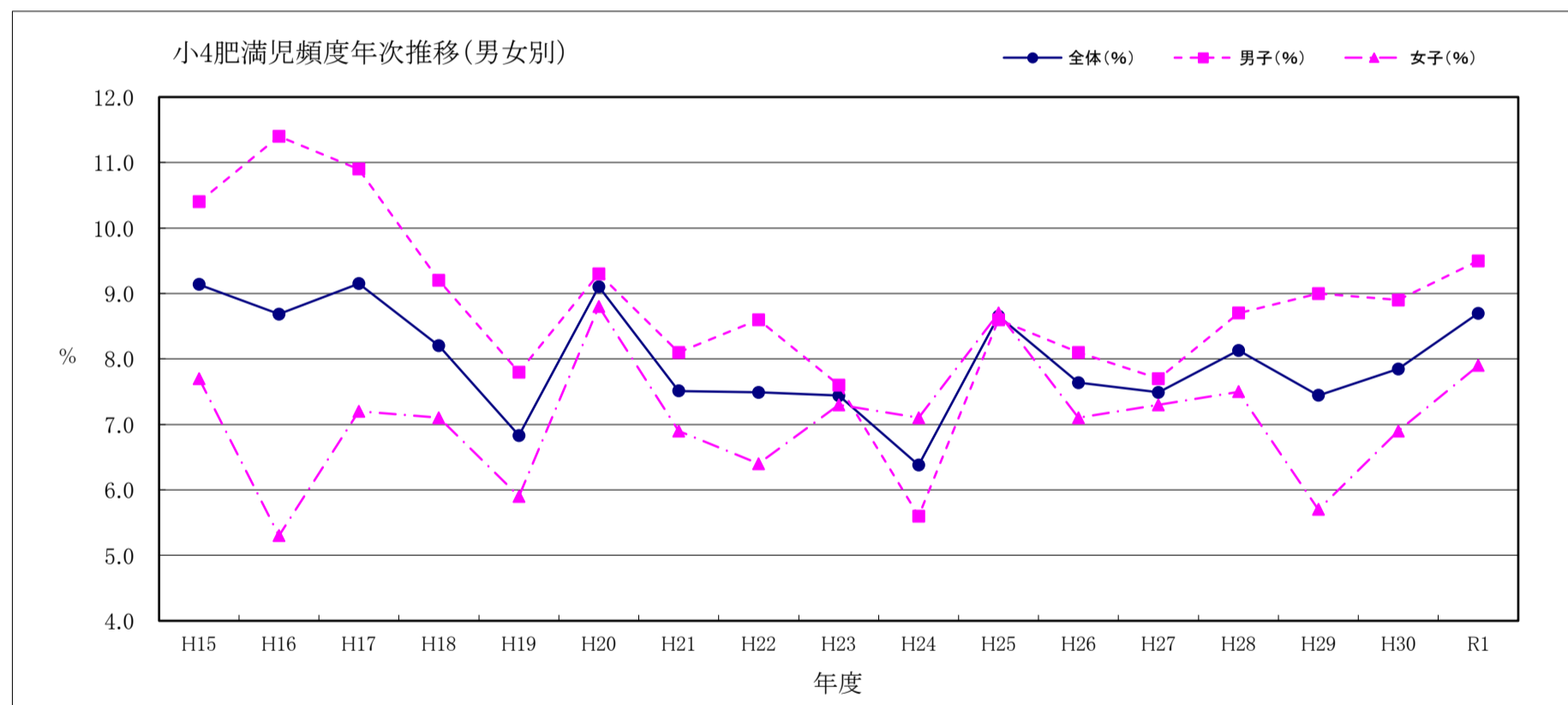
※平成26年度から受診のすすめを発行する対象を、肥満度20%以上で学校医から指摘のあった児童から、肥満度30%以上で学校医から指摘のあった児童へ変更した。()内は、肥満度30%以上の児童数とその配布率を記入。

4.受診児/「受診のすすめ」(受診率)

年度	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
受診数(人)	45	45	53	44	33	44	33	39	42	43	34	17	21	31	23	25	21
配布数(人)	176	157	173	167	140	153	138	149	141	140	166	66	70	91	72	74	66
割合(%)	25.6	28.7	30.6	26.3	23.6	28.8	23.9	26.2	29.8	30.7	20.5	25.8	30.0	34.1	31.9	33.8	31.8

5.肥満度別受診率(R1年度)

年度	受診数(人)	肥満児(人)	割合(%)
中等度	16	61	26.2
高度	5	15	33.3
合計	21	76	27.6



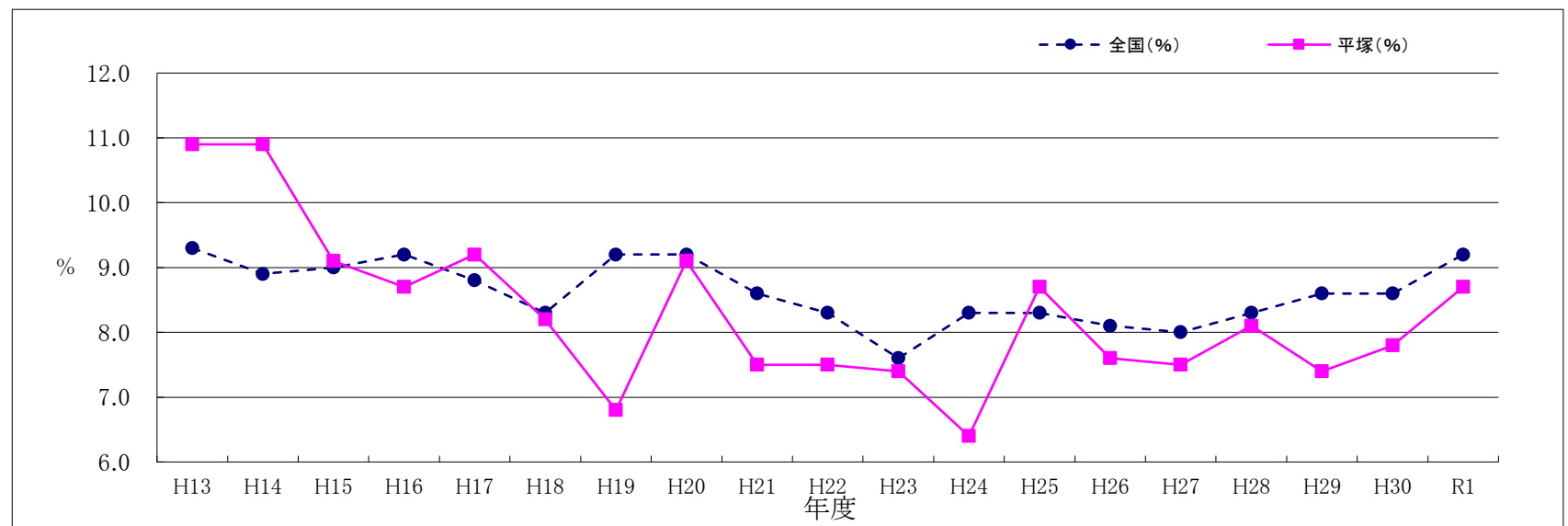
「肥満児の出現率」年次推移(小学校4~6年)

全国 学校保健統計調査(文部科学省)
 H17までは学年別標準体重120%
 H18からは(実測体重-身長別標準体重)÷身長別標準体重×100

平塚市 平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会
 H19までは肥満度20%以上を標準体重120%に換算
 H20からは(実測体重-身長別標準体重)÷身長別標準体重×100

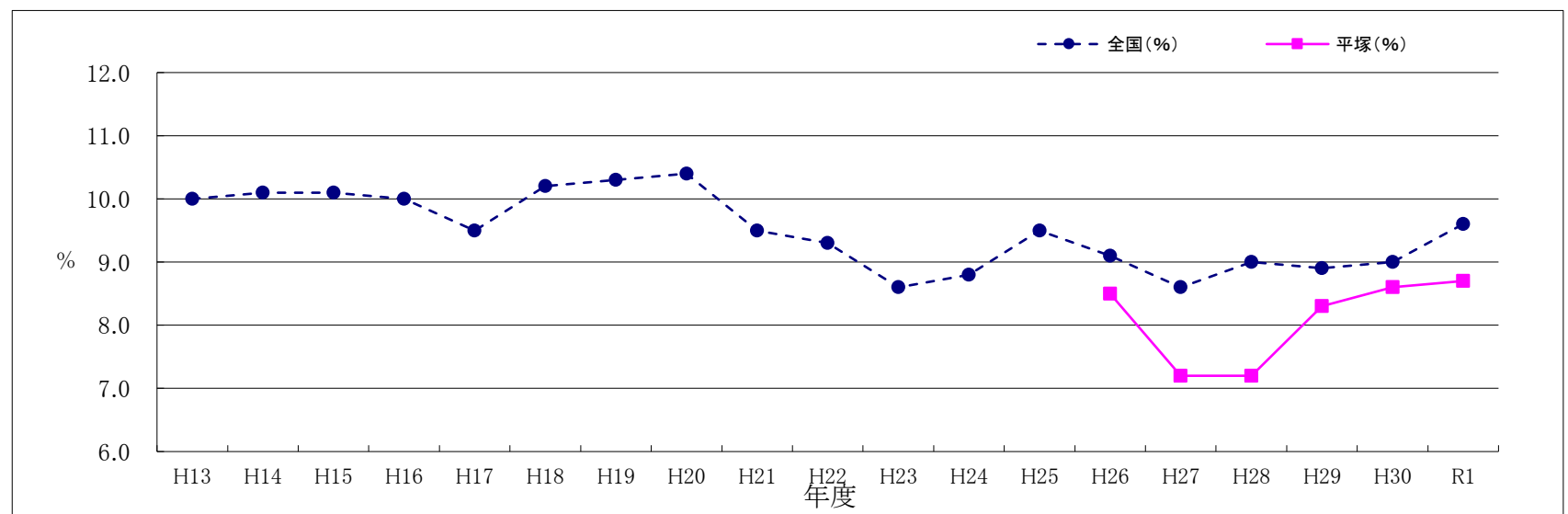
【4年生】

年度	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
全国(%)	9.3	8.9	9.0	9.2	8.8	8.3	9.2	9.2	8.6	8.3	7.6	8.3	8.3	8.1	8.0	8.3	8.6	8.6	9.2
平塚(%)	10.9	10.9	9.1	8.7	9.2	8.2	6.8	9.1	7.5	7.5	7.4	6.4	8.7	7.6	7.5	8.1	7.4	7.8	8.7



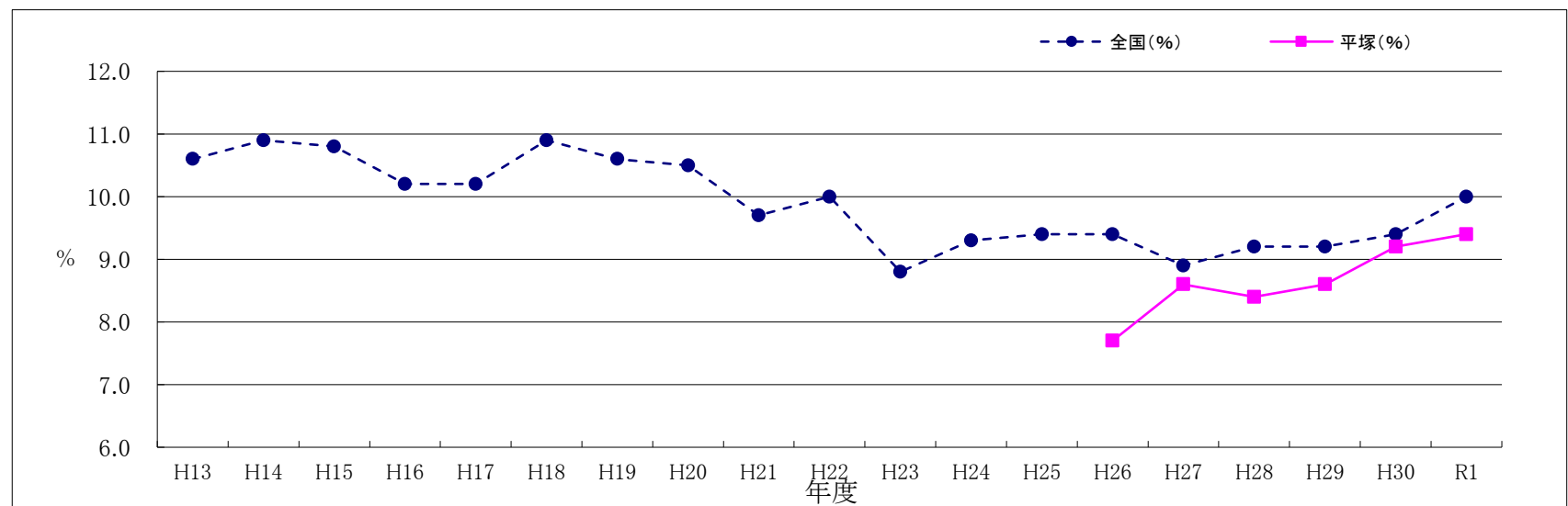
【5年生】

年度	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
全国(%)	10.0	10.1	10.1	10.0	9.5	10.2	10.3	10.4	9.5	9.3	8.6	8.8	9.5	9.1	8.6	9.0	8.9	9.0	9.6
平塚(%)	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	8.5	7.2	7.2	8.3	8.6	8.7



【6年生】

年度	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
全国(%)	10.6	10.9	10.8	10.2	10.2	10.9	10.6	10.5	9.7	10.0	8.8	9.3	9.4	9.4	8.9	9.2	9.2	9.4	10.0
平塚(%)	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	7.7	8.6	8.4	8.6	9.2	9.4



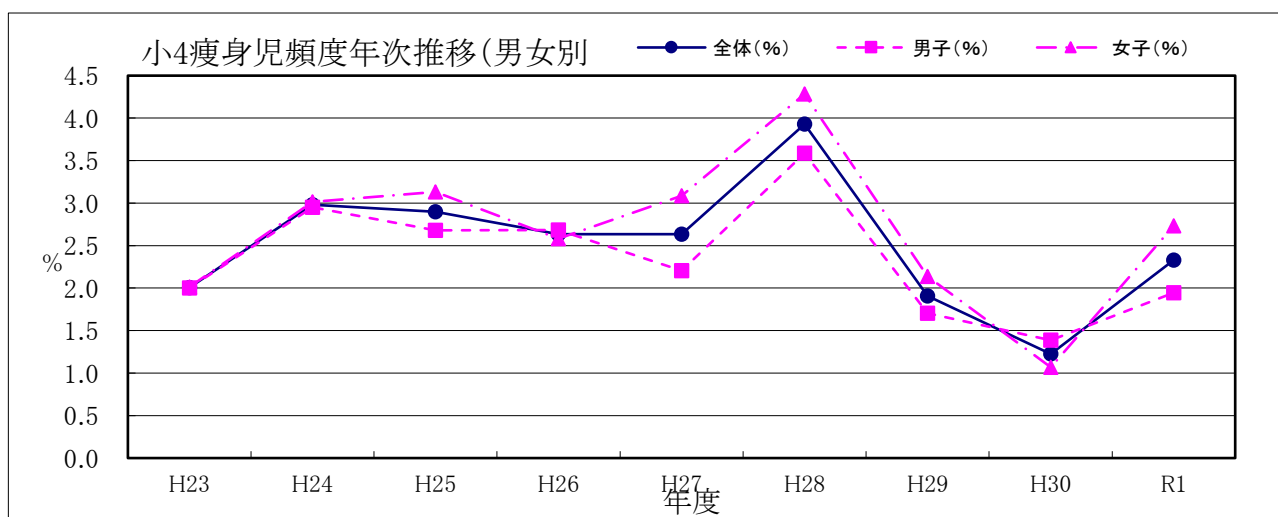
痩身児調査結果の推移(小学校4年生)

1. 痩身児頻度

年度	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
男:痩身児(人)	24	36	33	31	25	40	20	15	21
男:在籍数(人)	1,200	1,220	1,231	1,155	1,134	1,115	1,173	1,082	1,079
女:痩身児(人)	23	34	36	29	33	46	22	12	28
女:在籍数(人)	1,143	1,128	1,149	1,123	1,069	1,074	1,030	1,123	1,025
合計:痩身児(人)	47	70	69	60	58	86	42	27	49
合計:在籍数(人)	2,343	2,348	2,380	2,278	2,203	2,189	2,203	2,205	2,104
割合(%)	2.0	3.0	2.9	2.6	2.6	3.9	1.9	1.2	2.3

2. 男女別

年度	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
全体(%)	2.0	3.0	2.9	2.6	2.6	3.9	1.9	1.2	2.3
男子(%)	2.0	3.0	2.7	2.7	2.2	3.6	1.7	1.4	1.9
女子(%)	2.0	3.0	3.1	2.6	3.1	4.3	2.1	1.1	2.7



「痩身児の出現率」年次推移(小学校4年生)

全国 学校保健統計調査(文部科学省)

H17までは小学4年生標準体重80%

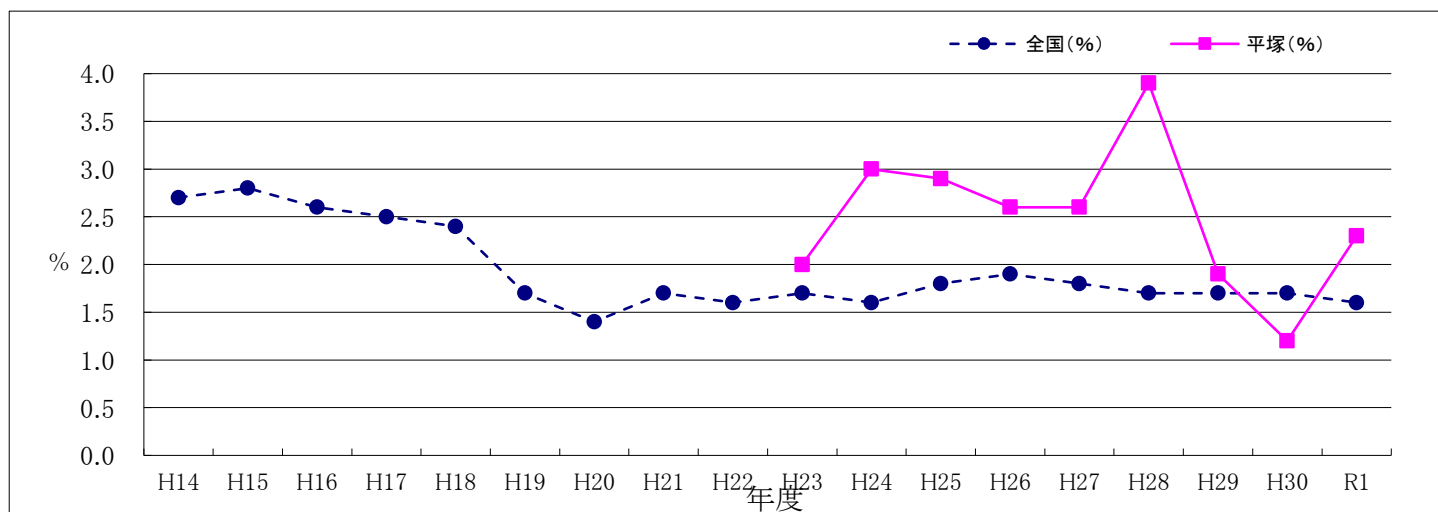
H18からは(実測体重－身長別標準体重)／身長別標準体重×100

平塚市 平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会

H23から調査開始(実測体重－身長別標準体重)／身長別標準体重×100

【4年生】

年度	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
全国(%)	2.7	2.7	2.8	2.6	2.5	2.4	1.7	1.4	1.7	1.6	1.7	1.6	1.8	1.9	1.8	1.7	1.7	1.7	1.6
平塚(%)	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	2.0	3.0	2.9	2.6	2.6	3.9	1.9	1.2	2.3



令和元年度肥満児・痩身児調査

9歳児(小4)

肥満児	全体	男子	女子
全国	9.24%	10.57%	7.85%
神奈川県	8.40%	9.52%	7.23%
平塚市	8.70%	9.45%	7.90%

痩身児	全体	男子	女子
全国	1.60%	1.55%	1.65%
神奈川県	2.16%	1.65%	2.69%
平塚市	2.33%	1.95%	2.73%

10歳児(小5)

肥満児	全体	男子	女子
全国	9.57%	10.63%	8.46%
神奈川県	9.14%	8.11%	10.22%
平塚市	8.73%	9.48%	8.00%

11歳児(小6)

肥満児	全体	男子	女子
全国	10.00%	11.11%	8.84%
神奈川県	7.99%	8.86%	7.07%
平塚市	9.40%	11.16%	7.43%

※ 全国及び神奈川県の数値は、文部科学省の令和元年度学校保健統計調査(速報値)より引用

※ 平塚市肥満児及び痩身児の数値は、各小学校からの報告に基づき学務課が集計

令和元年度 判定部会による判定結果

判定部会 令和元年10月24日(木)午後1時30分から 平塚市保健センター

小学校4年生

項目	人数	構成率%	備考
A 在籍数	2,104		
B 受診のおすすめ発行数	66	3.1 (B/A)	
C 受診報告書回収数	21	31.8 (C/B)	
判定結果	5点以下	4	19.0 うち1人は、受診時の肥満度は30%未満
	6点	2	9.5 うち1人は、受診時の肥満度は30%未満
	7点	3	14.3
	8点	1	4.8
	9点	4	19.0
	10点	2	9.5
	11点	1	4.8
	12点	3	14.3
	13点	0	0.0
	14点	1	4.8
	15点以上	0	0.0

※21人のうち、判定部会時に健康教室への出席8人、欠席4人。

小学校5年生

項目	人数	構成率%	備考
A 在籍数	2,222		
B 受診のおすすめ発行数	77	3.5 (B/A)	
C 受診報告書回収数	14	18.2 (C/B)	
判定結果	5点以下	3	21.4 うち2人は、受診時の肥満度は30%未満
	6点	2	14.3 受診時の肥満度は30%未満
	7点	5	35.7 うち1人は、受診時の肥満度は30%未満
	8点	2	14.3
	9点	0	0.0
	10点	0	0.0
	11点	0	0.0
	12点	1	7.1
	13点	0	0.0
	14点	0	0.0
	15点以上	1	7.1

小学校6年生

項目	人数	構成率%	備考
A 在籍数	2,201		
B 受診のおすすめ発行数	87	4.0 (B/A)	
C 受診報告書回収数	17	19.5 (C/B)	
判定結果	5点以下	0	0.0
	6点	3	17.6 うち1人は、受診時の肥満度は30%未満
	7点	0	0.0
	8点	2	11.8 うち1人は、受診時の肥満度は30%未満
	9点	1	5.9
	10点	3	17.6
	11点	1	5.9
	12点	1	5.9
	13点	2	11.8
	14点	0	0.0
	15点以上	4	23.5 うち1人は、受診時の肥満度は30%未満

※上記の他に、判定部会後に受診報告書の提出2人(6点、9点)

※判定結果の構成率は、四捨五入しているため、合計が一致しない場合があります。

児童健康教室について

- 1 実施日時 令和元年11月10日(日) 午後1時30分から午後3時30分まで
- 2 場 所 平塚市保健センター
- 3 対 象 者 小学校4年生のうち、
春の健康診断時に肥満度20%以上で校医が指摘した児童165人とその保護者
- 4 参加人数 児童12人とその保護者、保護者のみ1人
- 5 参加児童内訳
 - (1) 受診のすすめが発行されていない児童又は受診報告書の提出がない児童 8人
 - (2) 判定部会での判定ポイントが7~10点の児童 5人
- 6 実施内容
 - (1) 身体計測(身長、体重、腹囲、肥満度算出、血圧測定)
スタッフ 高柳委員
 - (2) 運動教室
講師 曾我 由美 運動指導士
 - (3) 医師面談
スタッフ 猪股委員、小西委員、近藤委員
 - (4) 栄養相談
スタッフ 寺澤委員
小林学校栄養技師(横内小)、原田学校栄養技師(八幡小)、横村栄養教諭(松延小)

以 上

児童健康教室アンケート結果

(参加13人中11人から回収。)

1 健康教室に参加された動機を教えてください。(複数回答可)

- | | |
|----------------------------|-----|
| (1) 教育委員会からお知らせがきたから | 10人 |
| (2) 医師の話を知ったから | 2人 |
| (3) 栄養相談を受けたから | 2人 |
| (4) トレーナーによる運動の仕方を知らなかったから | 1人 |

2 医師面談は満足できましたか。

- | | |
|---------------|-----|
| (1) はい | 11人 |
| (2) いいえ | 0人 |
| (3) どちらともいえない | 0人 |

理由 ・わかりやすかった。

3 栄養相談は満足できましたか。

- | | |
|---------------------|-----|
| (1) はい | 10人 |
| (2) いいえ | 0人 |
| (3) 3日間の献立の記入が面倒だった | 1人 |
| (4) どちらともいえない | 0人 |

理由 ・栄養士に家のご飯の内容を見ていただいて、お話が聞けてよかった。

4 運動指導士による運動教室は満足できましたか。

- | | |
|-------------------|----|
| (1) はい | 7人 |
| (2) いいえ | 0人 |
| (3) どちらともいえない | 1人 |
| (4) 屋外で運動指導をしてほしい | 1人 |

(未回答2人)

理由 ・内容が少し幼児向きだと感じた。

・運動を楽しくできるので良いと思う。走る内容があると良かった。

5 健康教室の開催日時はいかがですか。(複数回答可)

- | | |
|---------------|----|
| (1) 土曜日の10時から | 2人 |
| (2) 土曜日の13時から | 2人 |
| (3) 日曜日の10時から | 1人 |
| (4) 日曜日の13時から | 6人 |

(未回答1人)

6 健康教室は今後も開催したほうがよいと思いますか。

(1) はい 9人

(2) いいえ 1人

(未回答1人)

理由 ・良いきっかけになるから。

7 健康教室の内容についてご意見を聞かせてください。

・父親にも知ってほしかったので、家族でお話を聞いたり運動ができて良かった。

8 小学校4年生から6年生に「受診のおすすめ」を出していますが、4年生からでよいと思われますか。

(1) よい 8人

(2) その他の学年から 2人 (小学校1年生から、小学校3年生から)

(未回答1人)

9 健康教室を開催するにあたり、改善の必要があれば聞かせてください。(複数回答可)

(1) 医師面談 1人

(2) 栄養相談 1人

(3) 運動教室 1人

(4) その他 0人

10 ご意見、ご感想を自由にお書きください

・勉強になりました。頑張ります。

以上

関係者研修会の内容について

・平成11年度から20年度まで毎年開催。その後、隔年で開催し全11回開催。

(1) 今までの内容について

年度	開催日	内容	講師
18年度	2月22日	子どもの生活習慣病予防と 平塚市の食育	平塚市健康課 管理栄養士 石村靖子
		麻疹、風疹の予防接種について	健康課職員
19年度	2月8日	園でお願いしたい食育指導	平塚市健康課 管理栄養士 石村靖子
20年度	2月20日	子どもの生活習慣 ～『遊び』から生活リズムを考える～	社会福祉法人たつの子の会 西東京市立みどり保育園 園長 武田美代子 氏
			平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員 小児科医師 近藤朗医師
22年度	7月28日	「園で実践！楽しい食育」 ～平塚市食育推進計画から～	平塚市健康課 管理栄養士 古屋久美子
24年度	2月14日	「小児の肥満対策」 ～子どもの生活習慣病予防対策委員会の立場から～	平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会 委員長 間島医院 梅沢幸子医師
26年度	2月6日	第1部こどもたちのからだは危ない？！ 第2部今こどものために大人ができること	山梨大学大学院総合研究部教育人間科学 域教育学系 教授 中村和彦氏
28年度	11月4日	睡眠力UP ～子どもたちの睡眠、今のままで大丈夫？！～	国立精神・神経医療研究センター 臨床心理士 綾部直子氏
30年度	7月20日	小児科医師と考える子どもの肥満 ～肥満の現状と課題～	平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員 梅沢医師・近藤医師・小西医師

(2) 令和2年度の内容について (案)

令和2年度	6月25日 18:30～	神経発達症の子ども 生活習慣病予防について	平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会 委員長 湘南福祉センター診療所 猪股誠司医師
-------	---------------------	--------------------------	--

令和2年度子どもの生活習慣病予防対策委員会関係者研修会（案）

- 1 日時 令和2年6月25日（木）18時30分～20時30分
- 2 テーマ 神経発達症の子どもの生活習慣病予防について
- 3 講師 平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会委員長
湘南福祉センター診療所 猪股誠司医師
- 4 参加対象者
小学校・特別支援学校先生、幼稚園・保育園・こども園
アグネス園・児童発達支援事業所
- 5 研修会のねらい
神経発達症の子どもの生活リズム・食事・運動不足などの生活習慣に課題が生じている際、その特性から支援が難しいとされている。健康的な生活習慣について当該児童の所属先である学校や園等でできる具体的な支援について学ぶことができる。
- 6 内容：猪股先生の講話、グループワーク等

令和2年度事業計画（案）

事業名	実施予定	内 容
対策委員会	7月30日（木） 令和3年1月28日（木）	各事業についての検討と報告。
巡回教室	年間	公私立保育所・幼稚園のうち希望園にて保護者・園児を対象に、医師・保健師・管理栄養士が実施する。 * 通知文には保護者の希望が少人数でも実施する旨を明記し、保護者の参加を呼び掛ける。
5歳児肥満度調査	5月	公私立保育所・幼稚園の協力により5歳児の身体計測値をもとに肥満度調査を実施する。 * 肥満度15%以上の園児の保護者には生活習慣病予防のリーフレットを配布する。
5歳児生活実態調査	—	隔年実施（令和元年度実施）
子どもの生活習慣病予防相談	7月19日（日）	5歳児肥満度調査により肥満度15%以上の園児を対象に周知し、希望者に医師・保健師・管理栄養士が個別相談を実施する。
小学4～6年生へ「受診のおすすめ」発行	6月	小学4～6年生のうち、肥満度30%以上で、校医が受診勧奨の必要性を認めた児童を対象に発行。
児童判定部会	9月～10月	「受診のおすすめ」により受診した児童の検査結果について検証及び判定をする。
児童健康教室	11月	小学4年生のうち、肥満度20%以上の児童を対象にPRし、医師・栄養教諭等による個別相談、運動指導士による運動指導を実施する。
関係職種への研修	6月25日（木）	子どもに関わる機関の関係職種を対象に子どもの生活習慣病及び事業への理解と協力を呼びかける。