

令和2年度第1回平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会 書面会議次第

令和2年(2020年)7月30日(木)

1 報告事項

- (1) 子どもの生活習慣病予防対策事業の内容と経緯について 資料1
- (2) 令和2年度事業計画について 資料2
- (3) 5歳児肥満度調査について 資料3
- (4) 子どもの生活習慣病予防相談について 資料4
- (5) 巡回教室について(中間報告) 資料5
- (6) 関係者研修会の予定について 資料6

2 その他

第2回平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会

令和3年1月28日(木) 13時30分～予定

以上

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2年6月1日現在

委員氏名	所属団体	変更があった委員	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		
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		
ながしま まさみ 長嶋 雅美	平塚市私立幼稚園父母の会連合会	○	
いしかわ みずき 石川 瑞樹	平塚市立幼稚園PTA連絡協議会	○	
あそう まり 麻生 真理	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 さちこ 小澤 佐知子	平塚市私立幼稚園協会		
にしはま かおる 西浜 馨	平塚市立幼稚園・こども園園長会	○	
なりしげ ちえこ 成重 千恵子	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	重田 昌巳
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
	主任	田仲 麻衣
	技師	石澤 あかね
学務課	課長	市川 豊
	学務担当長	渋谷 悟朗
	主査	石井 幸
	主任	尾上 雄太郎

子どもの生活習慣病予防対策事業の内容と経緯

	3年度	4年度	5年度	6年度	7年度	8年度	9年度	10年度	11年度	12年度	13年度	14年度	15年度～19年度	20年度	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度	26年度	27年度	28年度	29年度	30年度	31年度			
小児成人病予防事業～ 子どもの生活習慣病予防対策事業へ	医師会、小中学校長、養教、健康課、学務課との情報交換と準備		委員会発足										名称変更 子どもの生活習慣病予防対策事業															
対 幼 児 対 策	肥満度調査(毎年)				5歳児肥満度調査開始																							
					3歳時点での後方視的調査																							
	判定結果の通知 (委員会→幼稚園、保育所等→保護者)																											
	すこやか健康相談～ 子どもの生活習慣病予防相談				子ども健康教室		すこやか健康相談												名称変更 子どもの生活習慣病予防相談									
	幼稚園、保育所への巡回教室 (医師、保健師、栄養士)				幼・保各1園開始		希望園を募り開始																					
	5歳児家庭への生活実態調査(隔年)														部会設置(17年度まで)調査開始	隔年で実施 休止	休止	休止	休止	休止	休止	休止	休止	休止	休止	休止	休止	休止
3歳児健診時の肥満対策強化																												
対 学 童 対 策	肥満度調査(毎年)				学童(小2、4)	学童(小4のみ)												学童(小4、5、6対象)										
	受診のすすめ (学校→教育委員会→保護者)						受診のすすめ発行												やせの件数 自己負担なしへ									
	受診結果判定部会				判定委員会発足												判定部会へ名称変更											
	児童健康教室				健康教室	運動教室、健康教室																						
啓 発 活 動	関係者研修会(隔年)														研修会開始	隔年で実施	休止	休止	休止	休止	休止	休止	休止	休止	シンポジウムとして開催	休止	休止	
	健康課ホームページに「子どもの生活習慣病予防対策」のページを掲載																											
	各種啓発用リーフレット配布 (学童用・幼児用・家庭用)				ポスター、チラシ等												新1年生対象に下敷きを配布											
	講演会・シンポジウムの開催(随時)	講演会「小児成人病の現状と対策」			講演会「幼児期の食事について」	フォーラム「小児成人病を考える」	講演会「子どもの生活習慣病と食事」											シンポジウム「肥満の原因と課題」										

資料1 説明

本事業の目的は、小児期における生活習慣病予防対策のための調査、研究、指導である。

委員会は平成5年度に発足し、28年目に入った。

国が勧めている「早寝、早起き、朝ごはん運動」に代表されるように、幼児、学童の頃からの正しい食事と生活リズムなどを身につけることが必要であり、委員会を通しての支援をめざしている。

子どもの生活習慣病予防対策事業は、大きく分けると次の3点で取り組んでいる。

- 1 幼児に対する取り組み（対幼児対策）
- 2 学童に対する取り組み（対学童対策）
- 3 啓発活動

1 幼児に対する取り組みについて

生活習慣の基礎ができる幼児期に実施することが学童の肥満の予防にもつながる。

幼児に対する取り組みに力を入れているところが当市の特徴である。

① 肥満度調査

市内の幼稚園、保育所、認定こども園等に御協力をいただき、平成6年度から5歳児を対象に実施している。

② 判定結果の通知

この調査の中で肥満度15%以上の判定が出た子どもの保護者に、園を通し、個別に通知している。

③ 子どもの生活習慣病予防相談

15%以上の判定が出た子どものフォローの一環として本相談がある。

年1回例年夏休みに入る前に行っている。

④ 幼稚園、保育所等への巡回教室

市内の幼稚園、保育所等への巡回教室は、平成10年度から本格始動し取り組んでいる。

その当時5歳児の肥満の推移は調査開始年度よりも増加し続けていた。このことをきっかけに、規則正しい生活習慣と食習慣の正しさを広く周知することを目的に、来所型の相談だけでなく、こちらから幼稚園、保育所等に出向いていく、出前型式の「巡回教室」を実施し始めた。

⑤ 5歳児生活実態調査

5歳児肥満度調査からみられたいくつかの疑問点（たとえば当時保育園児の肥満度が幼稚園児より多い理由は何なのか、やせの子どもが増加してきたが、その原因は何なのか、など）を解明し、予防対策事業の手掛かりにしたいと考え平成15年度から市内幼稚園、保育所に御協力をいただき調査を実施してきた。隔年で実施している。

⑥ 3歳児健診時肥満対策強化

平成29年度から開始している。28年度の肥満度調査で太りぎみ以上の児の増加が見られたため、本委員会の医師より3歳児健診での肥満対策の必要性について御意見をいただき始まった。

【内容】

- ・ 健診会場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
- ・ 肥満度15～20%未満の場合は全員栄養相談（生活相談は必要時）
- ・ 肥満度20%以上の場合、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、乳幼児ケアへの促し
- ・ 運動の必要性や運動に関するパンフレット等による情報提供

2 学童に対する取り組みについて

① 肥満度調査

平成6年度に小学2年生4年生を対象に、平成7年度からは小学4年生を対象に、平成26年度からは小学4～6年生を対象に毎年実施している。小学4年生頃から、自分の健康に対し自覚を持ち始める大切な時期のためこの学年を対象としている。

② 受診のすすめ

小学4～6年生で、学校の定期健康診断で肥満度30%以上かつ校医が必要と認めた児童に対し「受診のすすめ」を渡し、受診をお勧めしている。（受診時の自己負担なし）

③ 受診結果判定部会

受診結果については判定部会を実施し、検証、判定している。

④ 健康教室

小学4年生で、学校の定期健康診断で肥満度20%以上かつ校医が必要と認めた児童とその保護者を対象に毎年健康教室を実施している。

3 啓発活動

① 関係者研修会

平成11年度から実施し、平成20年度からは隔年で開催している。

② 健康課のホームページに「子どもの生活習慣病予防対策」のページを掲載

平成26年度から掲載し、委員会で作成した資料がダウンロードできるようになっている。ホームページの存在については幅広く啓発していきたいと考えている。

③ 各種啓発用リーフレット配布

委員会設立当初よりポスターやチラシなどでの啓発活動を行っている。平成30年度から新小学1年生を対象に「早寝・早起き・朝ご飯」と書いてある下敷きを配布している。

④ 講習会・シンポジウムの開催

講演会やシンポジウムについては、当初人集めに大変苦労した。そのため、これに代わって関係者研修会を実施することとした。ただし平成30年度はシンポジウム形式での関係者研修会を開催した。

令和2年度 事業計画

事業名	実施予定	内 容	新型コロナウイルスの影響による変更点
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。	7月30日開催の対策委員会を書面開催で実施。
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。	園児向け：感染リスクをできるだけ低くするように園に協力していただき、希望園に対し実施。 保護者向け：リーフレット配布に代えて実施。 資料5参照
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。	実施 ただし、今年度は新型コロナウイルスの影響で協力園が少なく、統計としては参考値とする。資料3参照
5歳児生活実態調査	—	隔年実施(令和元年度実施)	令和3年度実施予定
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。	実施 資料4参照
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。	定期健康診断が延期されたため6月に実施できず。今年度は見送り。

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。	今年度は見送り。
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。	今年度は見送り。
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。	6月25日に開催予定であった内容は中止。 参加型でない方法で開催予定。 資料6 参照

令和2年度

5歳児肥満度調査報告

(令和2年5月調査実施)

昨年度からの変更点

【肥満度の区分の変更】

昨年度から「小児肥満症診療ガイドライン2017」で示された見解に従い幼児の肥満度の「区分」と「名称」を次のように変更した。

肥満度：平成30年度まで肥満傾向、やせ傾向として区分されていた肥満度±10～15%の児は正常児（ふつう）として対象児から除外した。

名称：肥満とやせの名称は次のようになる。

【肥満】

	旧区分・名称	新区分・名称
肥満度10%以上15%未満	肥満傾向	ふつう
肥満度15%以上20%未満	肥満	太り気味
肥満度20%以上30%未満	高度肥満	やや太りすぎ
肥満度30%以上	超肥満	太りすぎ

【やせ】

	旧区分・名称	新区分・名称
肥満度-10%以上-15%未満	やせ傾向	ふつう
肥満度-15%以上-20%未満	やせ	やせ
肥満度-20%以上	やせすぎ	やせすぎ

1 対象数

【表1】

令和2年度

(人)

		男子	女子	園児数合計
幼稚園(9)		152	134	286
保育所(33)		286	300	586
認定こども園(3)	1号認定	8	17	25
	2号認定	27	12	39
合計(45)		473	463	936

令和元年度(参考)

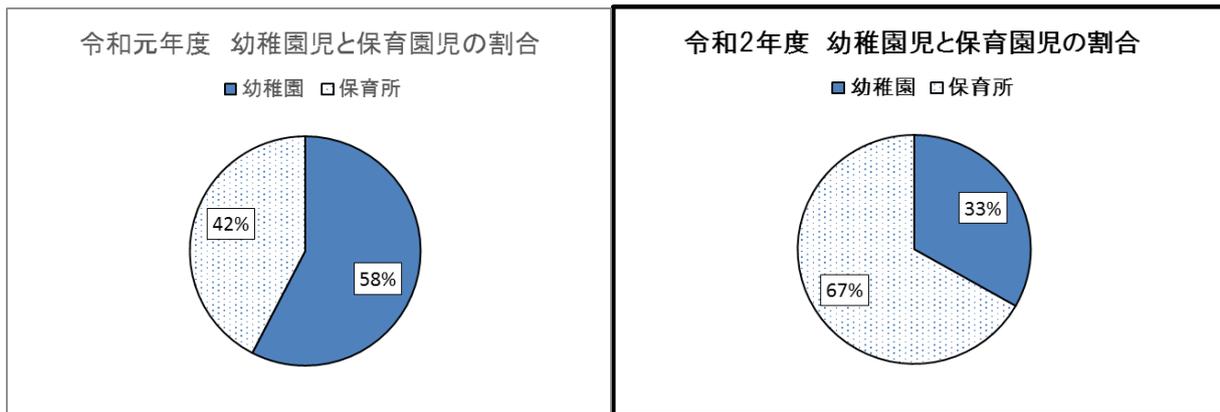
(人)

		男子	女子	園児数合計
幼稚園(20)		421	398	819
保育所(35)		388	330	718
認定こども園(6)	1号認定	116	102	218
	2号認定	24	22	46
合計(61)		949	852	1801

2 幼稚園児と保育園児の割合の推移

【図1】

【図2】



今年度は新型コロナウイルス感染拡大防止により、幼稚園は閉園せざるを得なくなり、園児の身体計測の機会が無くなり、調査対象数は例年の1/3程度に激減した。

一方、保育所の多くは計測の機会が得られ、例年の3/4と減少幅は僅かであった。そのため、

【図1】【図2】に示すように、今年度の調査対象は例年と異なり保育所優位のものとなった。

従って、今回の集計結果は例年との比較に際しては、参考程度と受け止めていただきたい。

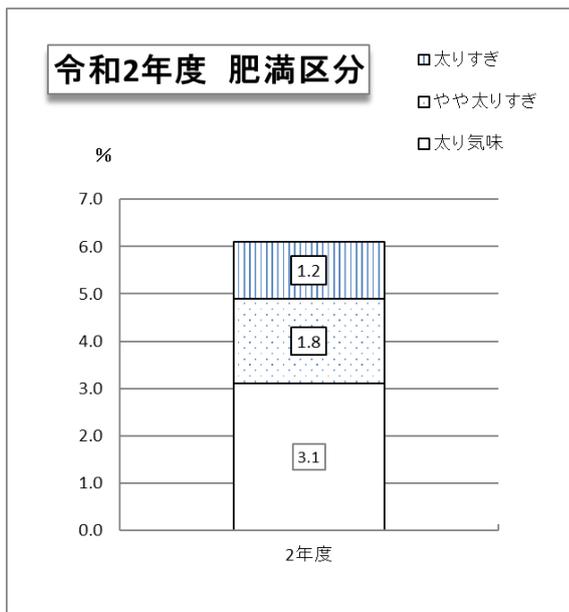
3 集計結果

【表2】幼稚園、保育所の肥満区分毎の人数

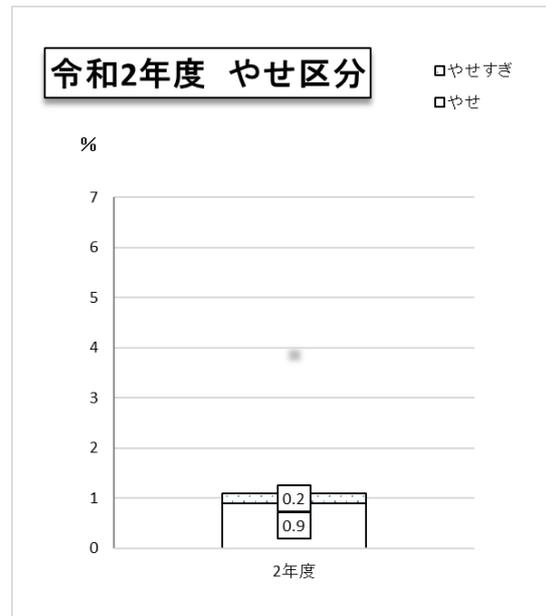
			太り気味		やや太りすぎ		太りすぎ		やせ		やせすぎ	
			人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
幼稚園	男子	160	4	2.5	4	2.5	2	1.3	0	0.0	0	0.0
	女子	151	5	3.3	1	0.7	1	0.7	2	1.3	0	0.0
	合計	311	9	2.9	5	1.6	3	1.0	2	0.6	0	0.0
保育所	男子	313	11	3.5	7	2.2	5	1.6	1	0.3	0	0.0
	女子	312	9	2.9	5	1.6	3	1.0	5	1.6	2	0.6
	合計	625	20	3.2	12	1.9	8	1.3	6	1.0	2	0.3

本年度の肥満、やせ児を肥満度区分に従って棒グラフに示すと【図3】、【図4】となる。

【図3】



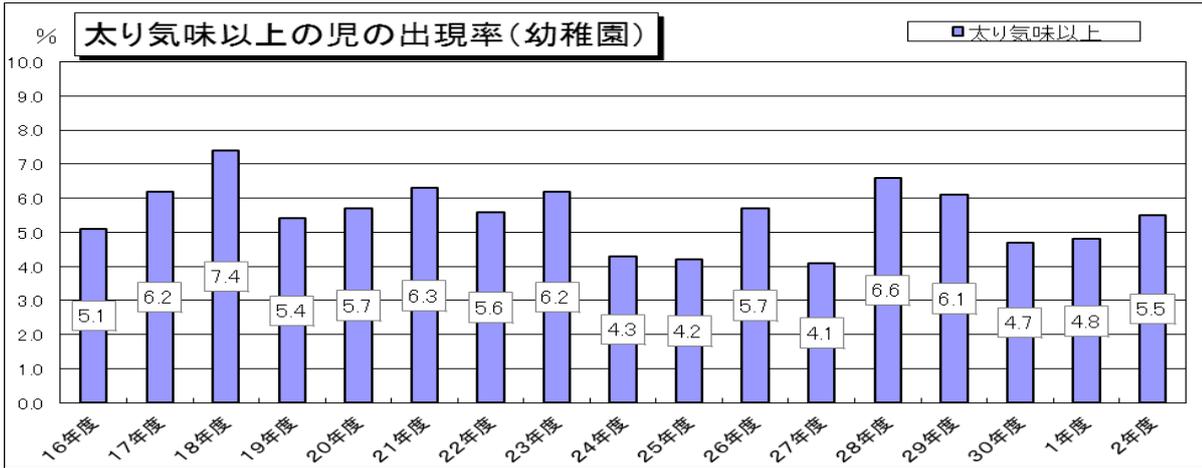
【図4】



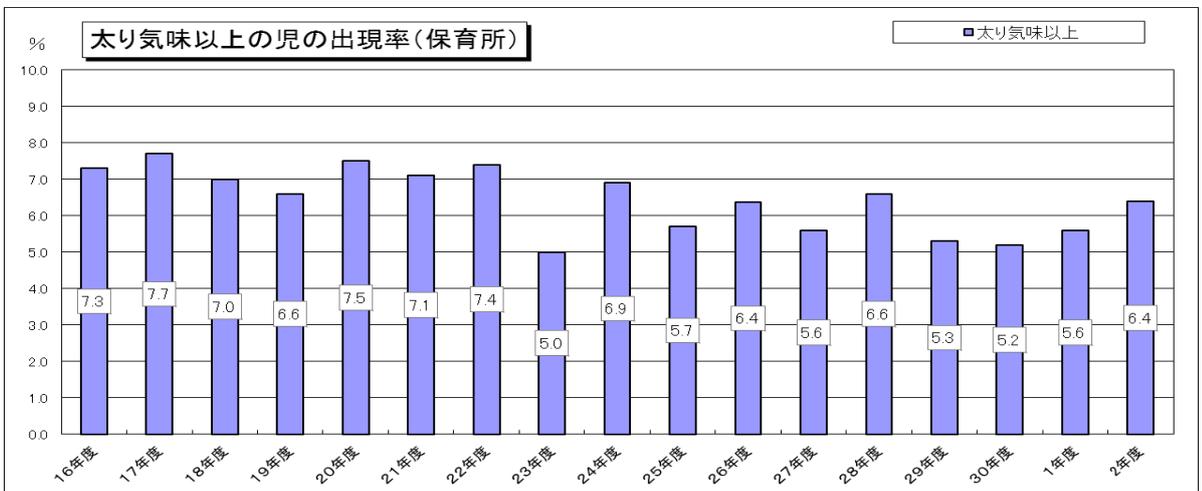
4 肥満度15%以上（太り気味以上）の出現率

(1) 5歳児肥満出現率の幼稚園児と保育園児の比較

【図5】



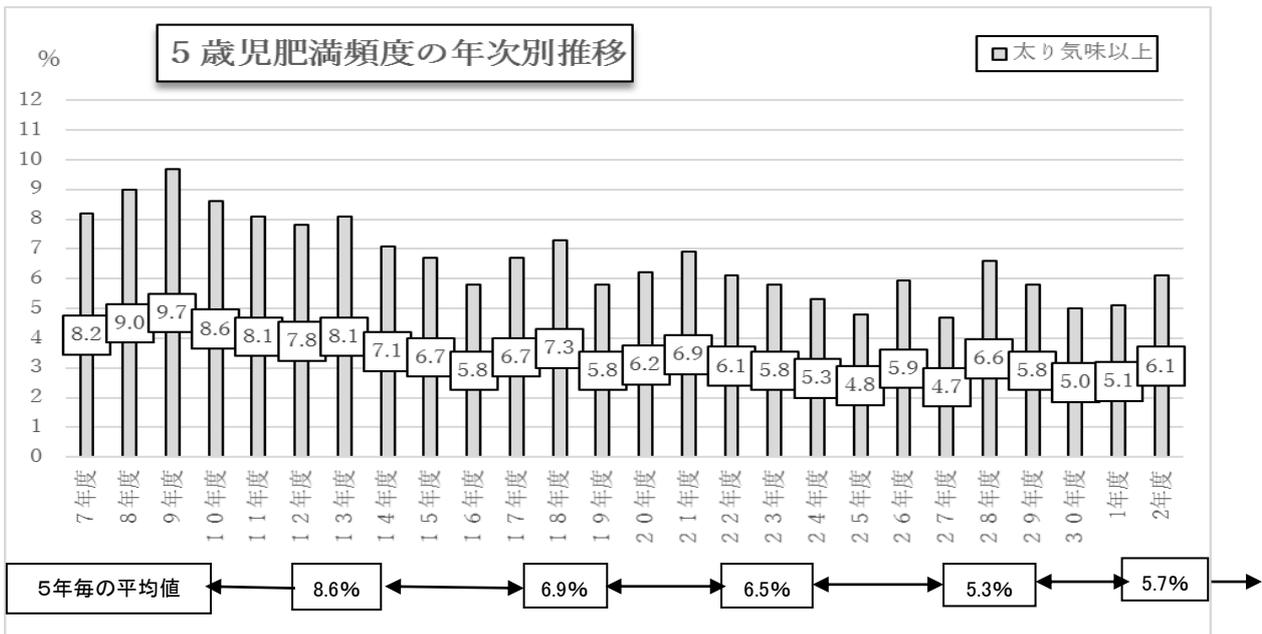
【図6】



出現率を比較すると 保育園児>幼稚園児 の関係が続いている。【図5】【図6】

(2) 5歳児全体の肥満出現率の年次別推移

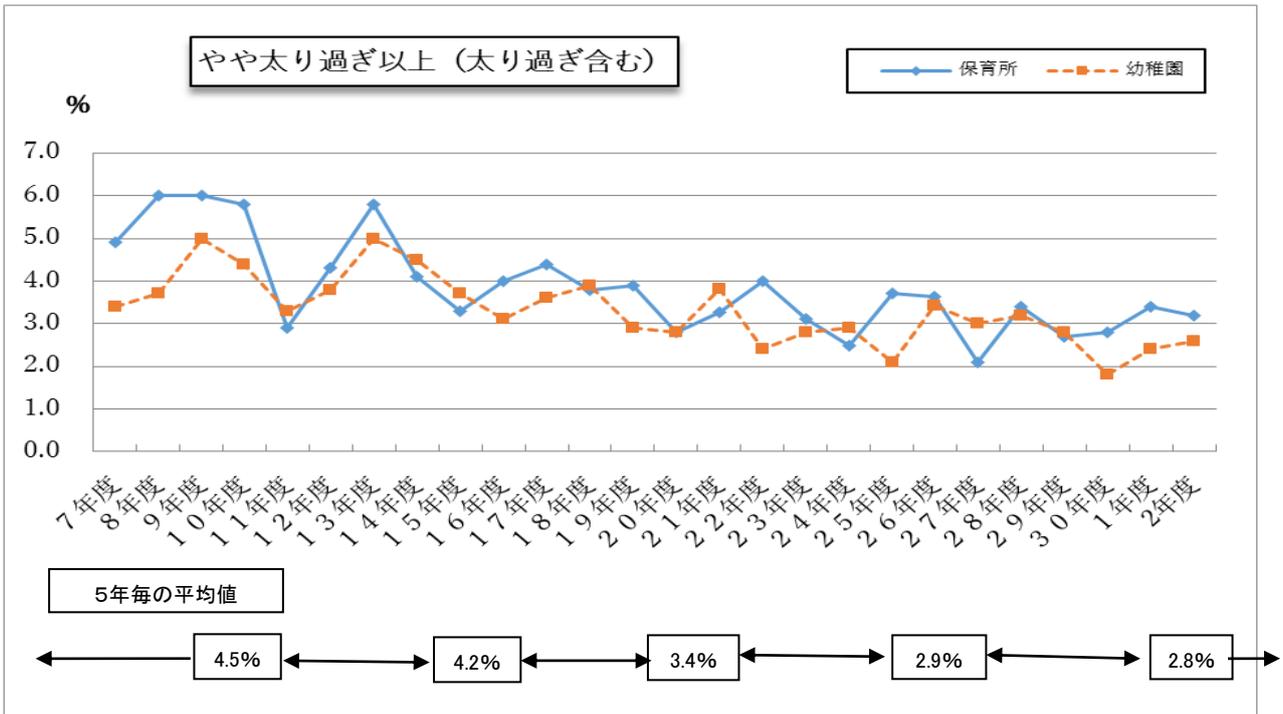
【図7】



5年毎の推移でみると減少しつつあるようだが、ここ数年はやや増加傾向がみられる。【図7】

5 肥満度20%以上（やや太り過ぎ以上）の出現率〔太り過ぎも含む〕

【図8】



(1) 幼稚園児と保育園児の比較 保育園児>幼稚園児 は変わらず。

(2) 経年比較では全体に減少傾向が継続している。

【図8】

6 全国学校保健統計調査との比較

【表3】

学校保健統計調査より引用（文部科学省）

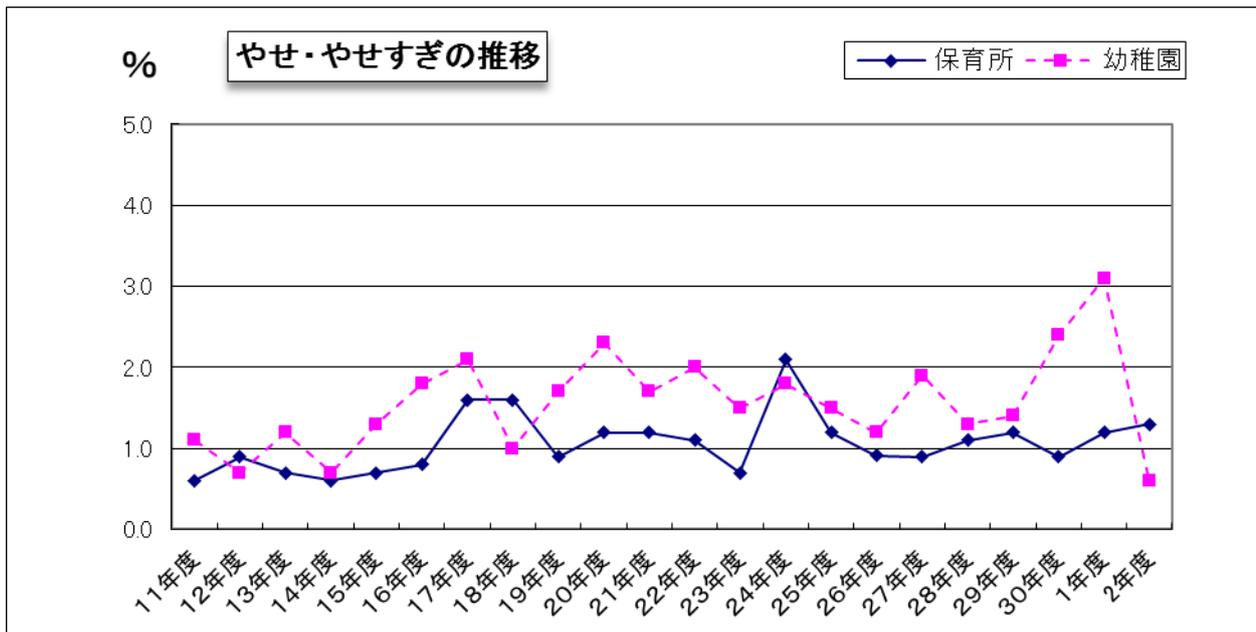
5歳児肥満度20%以上の児の出現率比較（参考）

		全国学校保健統計 (令和元年度) (幼稚園児のみ)	平塚市幼稚園 (令和2年度)	平塚市保育所 (令和2年度)
対象数		約7万2千人	311人	625人
出現率	男子	2.63%	4.0%	3.8%
	女子	2.93%	1.0%	2.6%
	合計	2.63%	2.6%	3.2%

幼稚園児5歳児に関しては、今年度は全国平均と同等である。【表3】

7 やせ、やせすぎの年次推移

【図9】



- (1) 幼稚園児と保育園児を比較すると、幼稚園児にやせが多い。
- (2) 経年比率だと、幼稚園児にやや増加傾向がみられる。特に昨年度の 3.0%は疑問視する程の高値であった。今年度の 1.0%以下の数値は、前に述べたように幼稚園の計測可能な母集団が少なかったことからでたエラー値ではと考える。しかし、今後の動向に注目する必要がある。

8 考察

- (1) 今年度は新型コロナウイルスの影響で、登園自粛や閉園が余儀なくされ、特に幼稚園児のデータが著しく減少したことから、統計数字は保育園児優位なものとなった。従来のものとは異なる点が多いので参考値として考えたい。
- (2) そのなかでも指摘できることには
 - ア 肥満度 15%以上の太り気味以上の児の割合は、幼稚園児より保育園児に高く、例年通りの傾向がみられた。(図5、図6)
 - イ ここ3年間の太り気味の児の出現率には、やや上昇傾向がうかがえる。(図7)
 - ウ 肥満度 20%以上の、やや太り過ぎと太り過ぎの児の出現率はほぼ横ばいで、全国学校保健統計の数値(幼稚園児のみ)と、ほぼ同じである。(表3)
 - エ やせ児については、幼稚園児に今年度急激な減少がみられたが、これは母集団が少ないための一過性の現象と考えられる。(図9)
- (3) コロナ禍の影響で、園児の受け入れに腐心されておられる最中であって、本調査に御協力頂いた園関係者の方々に深く謝意を表する。

With コロナの状況が継続する中で、生活の変容が求められることは必至であり、それが子どもの発育や健康にどのような影響をもたらすか、注意深く見てゆく必要があると考える。

令和2年度 「子どもの生活習慣病予防相談」の結果について

- 1 実施日 令和2年7月19日（日） 13時00分から16時30分まで
- 2 対象 公私立幼稚園・保育所・認定こども園等に所属している肥満度15%以上の5歳児とその保護者
- 3 参加者 予防相談来所者 4組 肥満度別にみると
1組が肥満度30%以上の太りすぎ、3組が肥満度15～20%未満の太り気味
- 4 相談内容 医科診察、運動相談、栄養相談、生活相談
- 5 スタッフ 医師2人（猪股委員長、近藤委員）
スポーツ健康科学博士（位高博士）
管理栄養士1人（健康課）
保健師4人（健康課）
- 6 目標値の達成度 太り気味以上の児（肥満度15%以上）の15%以上の参加。
太り気味以上の児 57名のうち参加者4名、参加率は7%であるため目標達成には至らなかった。
- 7 全体を通しての評価
 - (1) 今年度の参加者の割合について、肥満度30%以上が9.1%、肥満度20～30%未満が0%、肥満度15～20%未満が10.3%となっている。アンケートの参加理由では「ちらしをもらったから」「園の先生に言われて」が多く、対象児の保護者へ、園の先生からの助言やちらしを直接渡して促していただくことが、参加につながる事が分かった。（図1）
 - (2) 肥満の原因では「野菜の摂取がない」生活リズムの中では「運動不足」が目立った。
 - (3) 予約時間前に参加者が来所されたため保護者は親子で一緒に遊び感覚で運動体験と運動相談を実施できていた。
 - (4) アンケート結果より、参加してよかったことでは「運動相談」「医師の診察」「栄養相談」が多く（図2）、今後家庭で取り組んでみたい内容では「運動を取り入れる」「食事内容の見直し」が多かった。
- 8 「子どもの生活習慣病予防相談」参加者の問題点、助言内容、事後フォローについて話し合ったまとめ

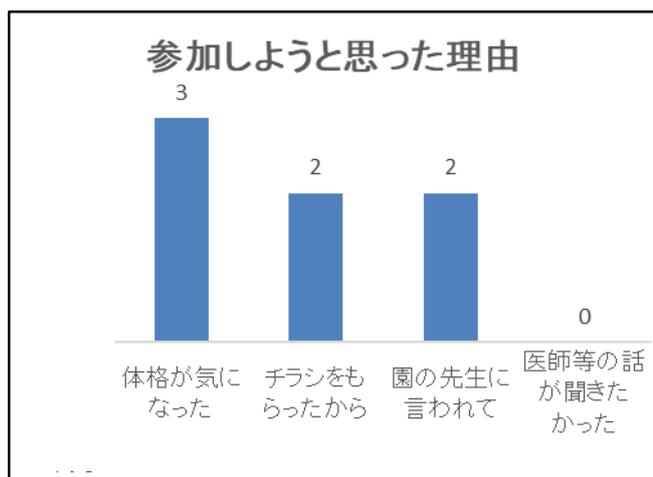
【表】

	性別	所属	主な問題点・助言内容	事後フォロー
1	男	私立幼稚園	来所者：本児、父、母、弟 肥満度：3健 16.2%⇒5歳 19.2%⇒相談当日 19.6% 肥満原因：①朝食に野菜の摂取なし②幼少期に偏食あり③すぐに疲れてしまい動くことが苦手④コロナ自粛中、室内で過ごすことが多く運動不足 助言内容：①朝食に野菜を加える②運動は好きなことを見つける③生活習慣改善のチェックリストの継続	なし
2	男	私立保育所	来所者：本児、父、母、祖母 肥満度：3健 20.4%⇒5歳 56.1%⇒相談当日 69.9% 肥満原因：①食事量が多い②夕食に総菜の揚げ物ほぼ毎日③早食い④野菜不足⑤喘息があり運動は注意が必要 助言内容：①黒色表皮腫、肝臓の腫れに関しては精密検査 ②野菜を加える③揚げ物を控える④生活習慣改善のチェックリストの継続⑤運動の継続⑥予防接種受診勧奨	精密検査票発行
3	男	私立保育所	来所者：本児、母 肥満度：3健 14.4%⇒5歳 15.1%⇒相談当日 18.2% 肥満原因：①朝食に野菜の摂取なし②夕食のカロリーが高い③夕食後果物と牛乳を摂取④運動不足⑤コロナ流行後はタブレットの利用が増えた 助言内容：①野菜を加える②果物か牛乳どちらかの摂取③運動の紹介④生活習慣改善のチェックリストの継続	なし

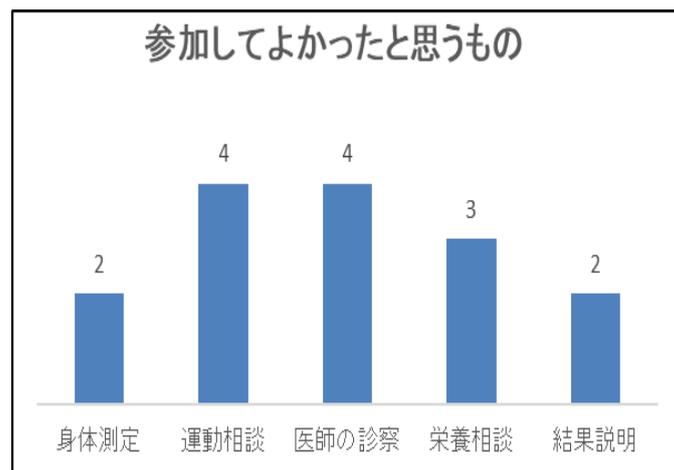
4	女	公立 保育所	来所者：本児、母 肥満度：3健 3.3%⇒5歳 15.9%⇒相談当日 17.6% 肥満原因：①食事量が多い②魚・肉が適量よりかなり多い③食べやすいものが多い 助言内容：①かみごたえのある食材を取り入れる②お手伝いや習い事の継続③運動の紹介④生活習慣改善のチェックリスト継続	なし
---	---	-----------	---	----

9 アンケート結果

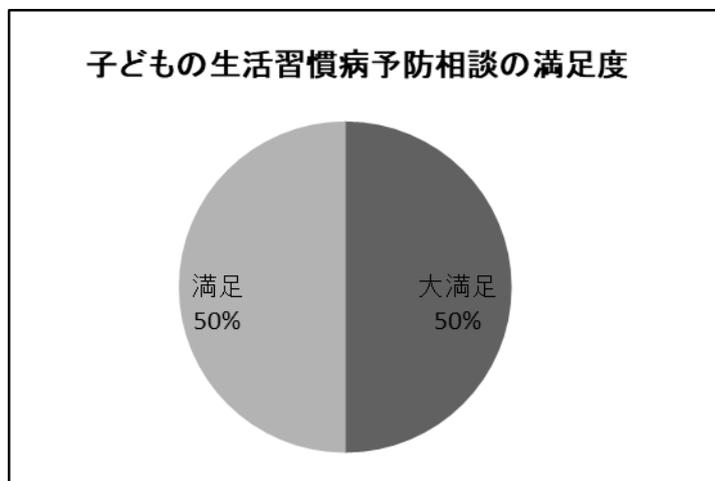
【図1】



【図2】



【図3】



満足度の評価理由

- ・知人以外に相談でき良い機会だった
- ・食生活改善など具体的なアドバイスが聞けてよかった
- ・体の動かし方などアドバイスがもらえてよかった
- ・専門家の説明が聞けて納得できた
- ・トータルのアドバイスがもらえた
- ・内臓の腫れの指摘

今後取り組んでいきたいこと

- ・運動
- ・食事の見直し、改善
- ・毎日の体重測定
- ・歩数計の利用

自由記載

- ・とても親切で来てよかった

- 1 実施回数 11回
- 2 参加人数 園児 426人
- 3 テキスト配付数 441部(保護者向け)
- 4 内容 消化吸収、食べ物の働きについてのエプロンシアター、紙芝居など
- 5 従事者 健康課 管理栄養士
- 6 実施内訳

《保育所》

	実施日	曜日	園名	年齢			参加園児(人)	配布テキスト(部)	備考
				3歳	4歳	5歳			
1	6月4日	木	神田		○	○	32	42	
2	6月11日	木	サン・キッズ湘南			○	18	25	
3	6月12日	金	みどり			○	34	45	1クラスを2グループに分けて実施
4	6月17日	水	湘南みらい		○	○	49	35	
5	6月19日	金	南原		○	○	21	30	
6	6月23日	火	サンキッズ金田		○	○	58	30	
7	6月26日	金	真土すばる		○	○	49	27	
8	6月29日	月	もんもん		○	○	23	25	
9	6月30日	火	サン・キッズ平塚ステーション		○	○	41	30	
※			ゆうかり					26	テキスト配付のみ
合計							325	289	

《幼稚園》

	実施日	曜日	園名	年齢			参加園児(人)	配布テキスト(部)	備考
				3歳	4歳	5歳			
1	6月18日	木	平塚二葉		○	○	45	62	
2	6月22日	月	黒部丘		○	○	56	90	4歳児のみ2グループに分けて実施
合計							101	152	

関係者研修会について

今般の新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、本研修会はインターネットを利用したウェブによる研修で開催する予定です。

準備が整い次第、委員の皆様、対象者の皆様にお知らせします。

研修タイトル	子どもの生活習慣病予防には運動が最適！！
研修内容（予定）	子どもの時の運動の大切さについて、パワーポイントによる解説 具体的な運動についての動画
講師	株式会社ハイクラス 代表取締役 位高 駿夫先生 博士（スポーツ健康科学）・健康運動指導士
対象	小学校、特別支援学校先生、幼稚園、保育所、認定こども園の先生、 アグネス園、さくら組等発達支援事業所の先生
開催日程・方法	令和2年8月24日（月）～10月31日（土） オンデマンド配信