

令和4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4年(2022年)7月28日(木)送付

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4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) 関係者研修会について 資料5

2 その他

令和4年度第2回平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会
令和5年1月26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4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		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		
すずき もと 鈴木 基	一般社団法人 平塚歯科医師会		副会長
休会	平塚市私立幼稚園父母の会連合会		
ふじもり そのこ 藤森 苑子	平塚市立幼稚園PTA連絡協議会	○	
まつうら しのぶ 松浦 しのぶ	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		
やまだ かよこ 山田 佳代子	平塚市立保育園長会	○	
おざわ せいいち 小澤 清一	平塚市私立幼稚園協会	○	
みうら いくこ 三浦 郁子	平塚市立幼稚園・こども園園長会	○	
やまだ みほ 山田 美保	平塚市小学校長会	○	
さかた ちなつ 坂田 千夏	平塚市養護教諭研究会	○	
つりや さやか 釣谷 沙弥香	平塚市学校栄養士会		
ありむら ゆうこ 有村 優子	神奈川県平塚保健福祉事務所		
いたか としお 位高 駿夫	学識経験者		

任期 自令和4年6月1日 至令和5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
	課長代理	萩尾 みゆき
	課長代理	平田 智子
	主管	佐草 牧恵
	主管	長田 スミ子
	技師	杉崎 真紀
	技師	石澤 あかね
	技師	長谷川 李菜
	技師	八木沢 未来
	技師	佐藤 由真
学務課	課長	市川 豊
	課長代理	大井 麻紀子
	主査	堀内 淳史

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	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	R2年度	R3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																								中止													
					3歳時点での後方視的調査																								中止													
	判定結果の通知 (委員会→幼稚園、保育所等→保護者)																										中止															
	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												中止											
	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																								園児:実施 保護者:テキスト配布	中止 テキスト配布										
	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		園児:実施 保護者:テキスト配布	中止										
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)	参考値											
	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 自己負担なしへ	中止										
	受診結果判定部会				判定委員会発足																								判定部会へ名称変更		中止	中止										
	児童健康教室				健康教室	運動教室、健康教室																										中止										
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		シンポジウムとして開催		休止	オンデマンド配信で実施	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年生対象に下敷きやクリアファイルを配布	
	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」																																		

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、30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。

- ・ 令和2年度は新型コロナウイルス感染拡大の影響で、多くの幼稚園が休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。
- ・ 令和3年度は、新型コロナワクチン接種事業を最優先としたため、実施せず、5歳児生活実態調査で保護者が記入した児の身長と体重を使用し、調査した。

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。

- ・ 令和3年度は、肥満度調査中止に伴い実施しなかった。

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。

- ・ 令和3年度は、肥満度調査中止に伴い実施しなかった。

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はなく、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。

- ・ 令和2年度は、園児向けの内容は、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。保護者向けの内容は、テキスト配布に代えて実施した。
- ・ 令和3年度は、新型コロナウイルス感染症の対策とまん延防止の対応として、教室の実施は中止し、希望があった園に、保護者向けのテキストを配付し、情報提供と普及啓発を行った。

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、保育所等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。

- ・ 令和3年度実施のため、今年度は休止

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5歳児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早期からの肥満対策の必要性について御意見をいただき本事業が始まった。

【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。

- ・ 令和2年度は新型コロナウイルスの影響により、健康診断の実施時期が例年と異なり、各校で基準日にばらつきがあるため、参考値として数値を出した。
- ・ 令和3年度は例年どおり実施した。

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）

- ・ 令和2年度は新型コロナウイルスの影響により中止した。
- ・ 令和3年度は例年どおり実施した。

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。

- ・ 令和2年度、3年度ともに新型コロナウイルスの影響により中止した。

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。

- ・ 令和2年度は新型コロナウイルスの影響により中止した。
- ・ 令和3年度は例年どおり実施した。

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「はやね・はやおき・あさごはん」と書いてある下敷きやクリアファイルを配布している。

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勞した。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。

以 上

令和 4 年度 事業計画

事業名	実施予定	内 容
対 策 委 員 会	第 1 回 令和 4 年 7 月 2 8 日 (木) (書面会議に替えて実施) 第 2 回 令和 5 年 1 月 2 6 日 (木)	各事業についての検討と報告。 保健センターで開催予定。(ただし、新型コロナウイルス感染状況によっては書面会議で開催予定)
巡 回 教 室	年間	公私立保育所・幼稚園・認定こども園に実施する。 園児：令和 4 年 9 月から教室実施 (希望園の年長児) 保護者：テキスト配布 (希望園の年長児保護者) テキスト：別添
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 1 5 %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。 資料 3 参照
子どもの生活習慣病 予防相談	7 月 2 4 日 (日)	5 歳児肥満度調査により肥満度 1 5 %以上の園児を対象に周知し、希望者に医師・スポーツ健康科学博士・保健師・管理栄養士が個別相談を実施する。 資料 4 参照
3 歳児健診時の肥満 対策強化事業	年間	肥満度 1 5 ~ 2 0 %未満の場合は全員栄養相談 (生活相談は必要時) に案内する。 肥満度 2 0 %以上の場合、医師から説明し、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をする。
関係職種への研修	1 1 月 4 日 (金)	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。 資料 5 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 3 0 %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。 受診のおすすめを発行した児童：3 3 3 人
児童判定部会	9 月 ~ 1 0 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	1 1 月	小学 4 年生のうち、肥満度 2 0 %以上の児童を対象に P R 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。 健康教室を案内する児童：1 9 7 人
5 歳児生活実態調査	—	公私立保育所・幼稚園・認定こども園の協力により 5 歳児の生活実態調査を実施する。 隔年実施 (令和 5 年度実施予定)

* 全ての事業において、新型コロナウイルス感染状況等により、延期または中止する可能性があります。

令和4年度

5歳児肥満度調査報告

(令和4年5月調査実施)

1 対象数

【表 1】

令和 4 年度

(人)

		男子	女子	園児数合計
幼稚園 (17)		348	346	694
保育所 (36)		378	366	744
認定こども園(8)	1号認定	111	109	220
	2号認定	49	50	99
合計 (61)		886	871	1757

令和 3 年度 (参考) ※

(人)

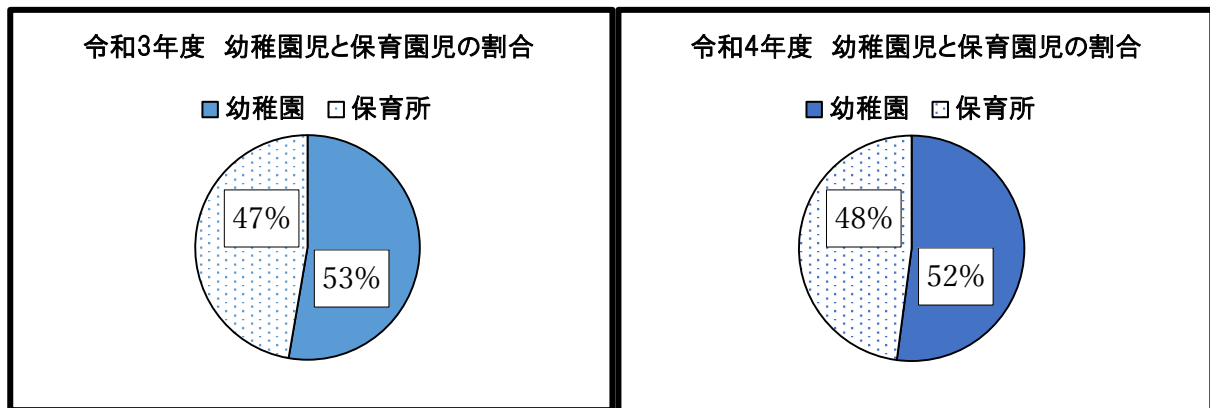
		男子	女子	園児数合計
幼稚園 (19) + こども園 1 号 (8)		391	497	888
保育所 (35) + こども園 2 号 (8)		381	416	797
合計 (62)		772	913	1685

※昨年度は肥満度調査を実施せず、5歳児生活実態調査で保護者が記入した児の身長と体重によって数値を調査した。

2 幼稚園児と保育園児の割合の推移

【図 1】

【図 2】



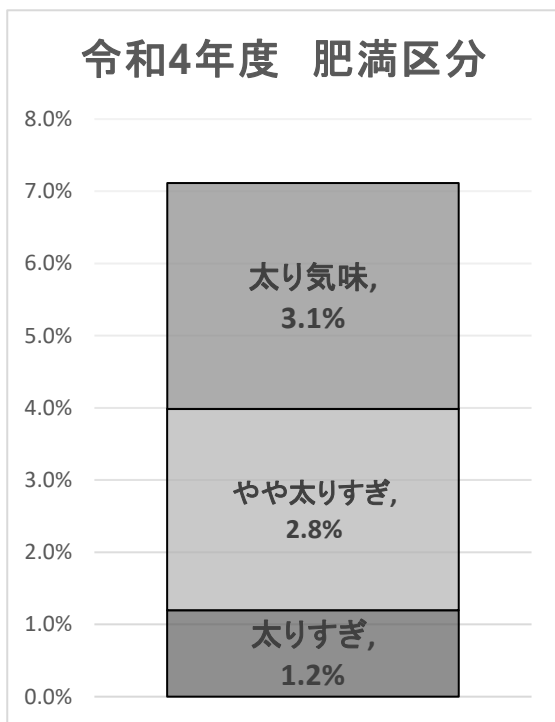
3 集計結果

【表2】幼稚園、保育所の肥満区分毎の人数

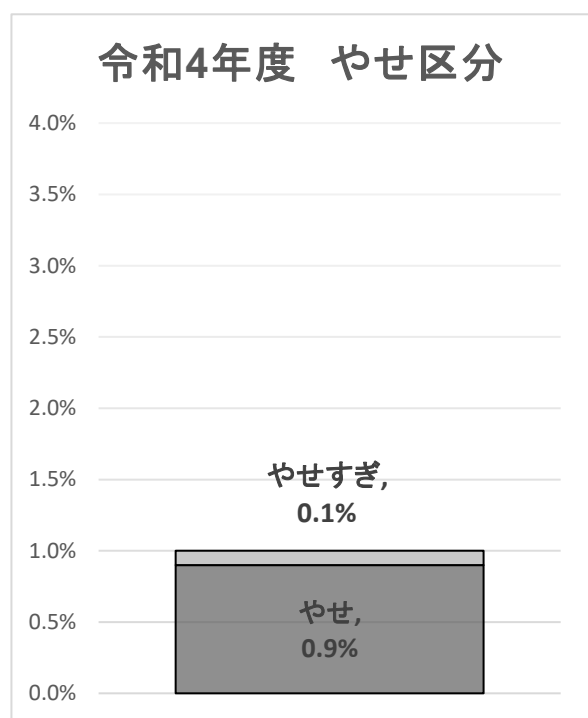
			太りすぎ		やや太りすぎ		太り気味		やせ		やせすぎ	
			人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
幼稚園	男子	459	5	1.1%	17	3.7%	10	2.2%	2	0.4%	0	0%
	女子	455	4	0.9%	13	2.9%	13	2.9%	9	2.0%	1	0.2%
	合計	914	9	1.0%	30	3.3%	23	2.5%	11	1.2%	1	0.1%
保育所	男子	427	10	2.3%	11	2.6%	15	3.5%	4	0.9%	0	0%
	女子	416	2	0.5%	8	1.9%	17	4.1%	2	0.5%	1	0.2%
	合計	843	12	1.4%	19	2.3%	32	3.8%	6	0.7%	1	0.1%

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】

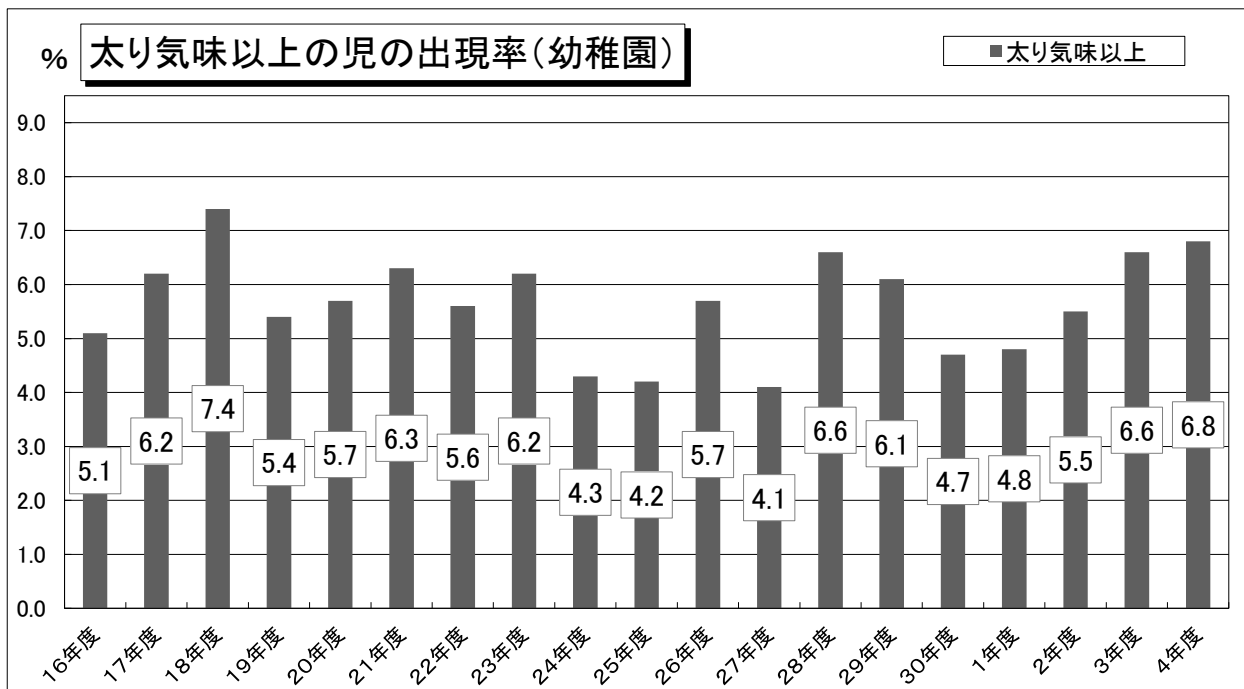


肥満区分において、「やせ」もしくは「やせすぎ」に区分された対象者は、およそ1%であり、低い出現率であった。一方、「太りすぎ」「やや太りすぎ」「太り気味」に該当した対象者は7.1%であり、注意が必要である。また、保育所に通う男子の太りすぎが2.3%と高い点に注意が必要である。

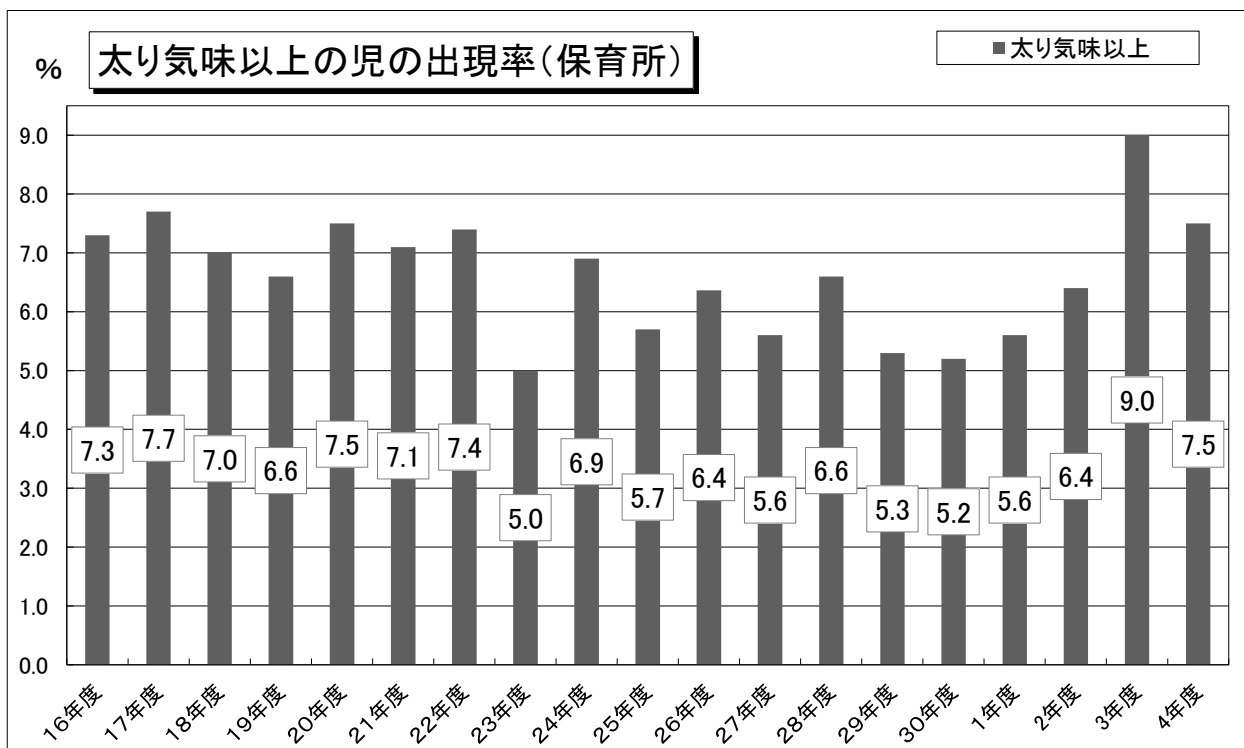
引続き、5歳児においては、痩せすぎという低体重に対する対策よりも過体重に対する対策が必要である。

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】



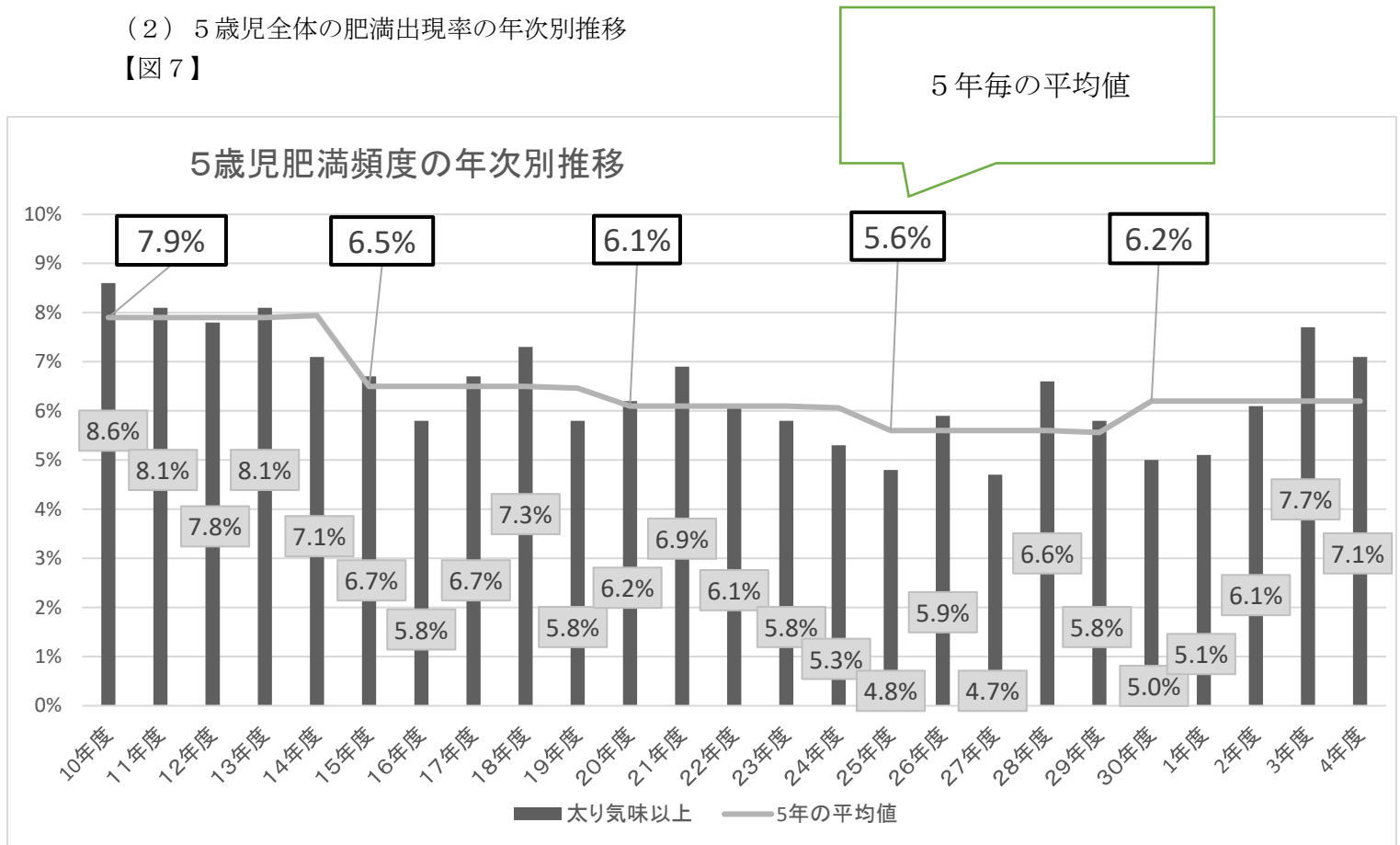
【図6】



太り気味以上の区分の該当者は、令和元年度から増加傾向にあり、これは、幼稚園児・保育所ともに同様の傾向である。低下傾向から一転し、増加傾向に移っていることを理解し、危機感を持たなくてはならない。近年、保育所の方が幼稚園より0.5～1.0%高くなる傾向になり、この点も追跡していく必要がある。【図5】【図6】

(2) 5歳児全体の肥満出現率の年次別推移

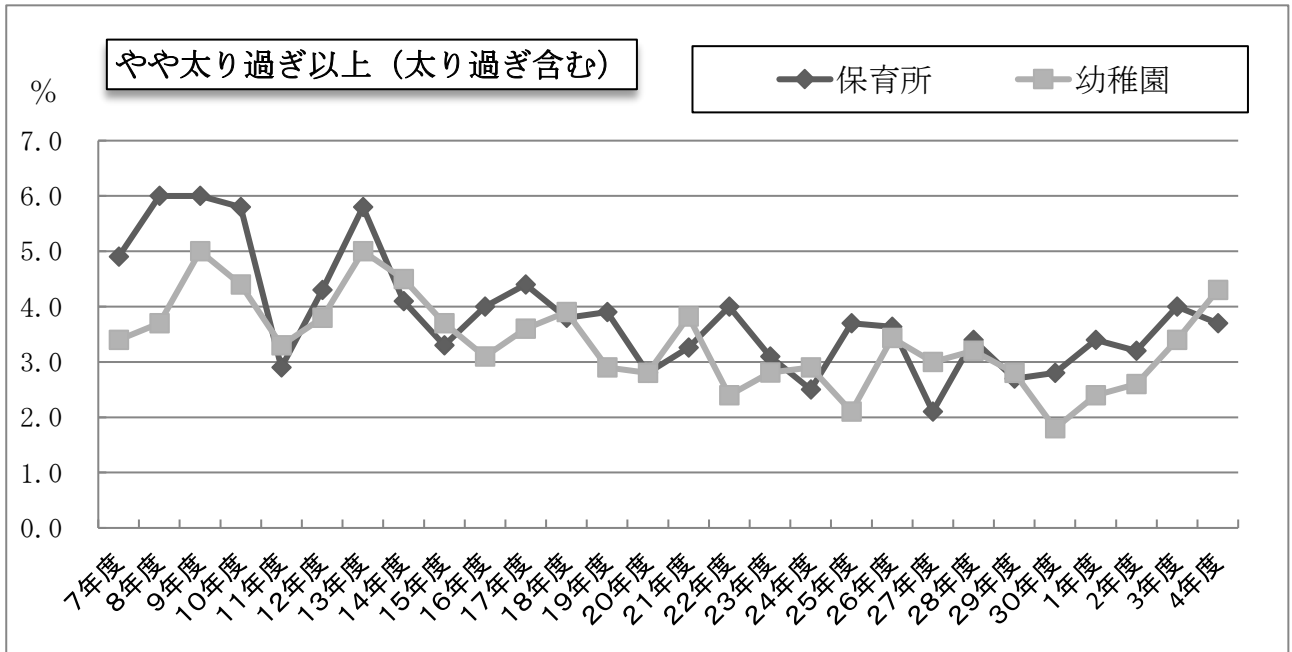
【図7】



前述のとおり、5年ごとの平均値で見た際にも、肥満出現率は、平成の間かけて続いてきた長い減少期間が終わろうとしている。令和1～3年度は、平成16～18年度のような増加傾向の状況である。コロナの影響によって7%台がピークとなることを願いつつ、対策も講じていかななくてはならない。【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〕

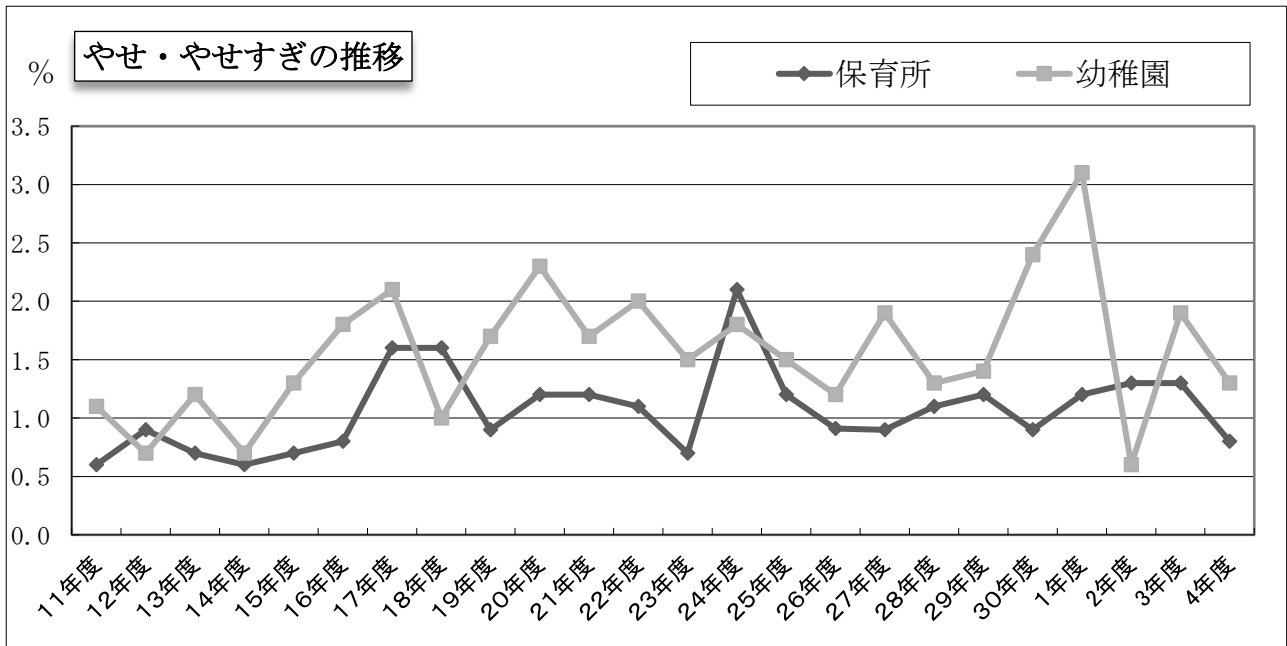
【図8】



幼稚園児と保育園児の比較では、保育園児＞幼稚園児が長く続いたが、本年は逆転した。特に幼稚園児は約5年で倍以上になった点は対策が必要であり、平成9年や平成13年の最高値に迫る勢いであり、注意は必要である。【図8】

6 やせ、やせすぎの年次推移

【図9】



やせ・痩せすぎは、調査開始時より1～2%の間で推移しており、この傾向は維持できている。本年度の調査では1757人を対象とした際の19人が該当しており、ハイリスクアプローチの考え方で個別での把握・指導が必要かもしれない。

7 考察

- (1) 太り気味以上の人が、依然増加中で注意が必要である。特に、幼稚園の太りすぎ以上が急激な増加を示しているため、対策を講じていく必要がある。新型コロナウイルスも早く落ち着き、この2年がピークとなることに期待したい。
- (2) やせ、痩せすぎの人は多くなく、コントロールは良好であると考えられる。

令和4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4年7月24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 予約者 4組 ・予防相談来所者 3組
 やや太りすぎ2名（23.64%、28.2%） 太りすぎ1名（40.93%）
 ・当日体調不良のためキャンセル 1組（29.59%）→後日育児相談予約
- 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
 健康運動指導士1人
 管理栄養士1人
 保健師3人
- 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 125名のうち予約者4名、参加者3名、参加率は2.4%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) 参加者は3名と少なかったが満足度は高く、日曜日しか参加できない方もいたため有意義であった。
 - (2) 肥満の原因では「野菜の摂取がない」「早食い」とコロナ自粛の影響により「運動不足」が目立った。
 - (3) アンケート結果
 - 満足度の評価理由
 - ・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
 - ・これを機に実行しようと思った
 - ・気になっていたことがはっきりして安心した
 - 今後取り組んでいきたいこと
 - ・運動
 - ・食事の見直し、改善
 - 自由記載
 - ・火曜日から日曜日に同じような事業があるとすごくうれしいです。
- 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 肥満度：3歳児健診1.0%⇒5歳児肥満度調査23.15% ⇒相談当日23.64% 肥満原因：①野菜不足 ②ジュースやお菓子が多い ③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毎食、野菜やキノコ類、海藻類を取り入れる ②おやつはお菓子ではなく果物1皿にする ③好きな運動を見つける ④生活習慣改善のチェックリストの実施	乳幼児ケア 6か月後

2	男	公立 保育所	<p>来所者：本児、母 肥満度：3歳児健診15.99%⇒5歳児肥満度調査32.66% ⇒相談当日40.93%</p> <p>肥満原因：①食事摂取量が多い ②アイス、ジュースが好き ③早食い ④野菜不足 ⑤すぐに疲れてしまい動くことが苦手</p> <p>助言内容：①野菜を増やす ②揚げ物を控える ③生活習慣改善のチェックリストの実施 ④遊ぶことを中心に運動を実施する</p>	乳幼児ケア 6か月後
3	女	私立 保育所	<p>来所者：本児、母、妹 肥満度：3歳児健診3.92%⇒5歳児肥満度調査30.0% ⇒相談当日28.2%</p> <p>肥満原因：①祖母が食べさせる習慣がある ②早食い、ながら食べ ③野菜不足 ④運動不足</p> <p>助言内容：①野菜を加える ②アイスやお菓子を買い置きしない ③好きな運動を見つける ④生活習慣改善のチェックリストの継続</p>	なし (平日来所が 難しいため)

9 今後の課題

参加者が少なかったため、周知方法についての検討が必要である。来所者は園の先生から勧められての参加であったため、関係機関での周知の協力が必要。関係者研修会で周知し、本事業について啓発していきたい。

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、本研修会は対面での講義研修と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。研修内容は下記の通り検討中です。準備が整い次第、改めて通知予定です。

- 1 テーマ タイトル未定
- 2 内容 R3年度実施した5歳児生活実態調査に基づき内容を検討しています。

次の表1、2はR3年度の調査結果です。

保護者の運動に関する認識や状況に関する質問

表1

子どもの運動について

子どもの運動について	非常に重要	64%
	やや重要	32%

子どもに運動をさせなければいけないと思う

頻繁に思う	30%
時々思う	57%

子どもと保護者の運動実施頻度より

表2

週に3回以上	15.3%
週に1～2回	54.4%
月に1～3回	22.2%
月に1回未満	4.0%
なし	3.7%

これらの結果から、表1では多くの保護者が、子どもの運動について重要であり、運動させなければいけないと認識しながら表2では保護者が子どもと運動する頻度は週1～2回未満が合計84.3%と思うようにできていないことがわかりました。

そこで、子どもたちに接する時間の長い園（学校）の職員向けに、日ごろの指導の中に取り入れていただきたい効果的な運動（遊び）や運動が苦手な職員でも取り組みやすい内容について講演していただく方向で考えています。

- 3 講師 位高 駿夫先生（スポーツ健康科学博士）
- 4 対象 市内公私立保育所・幼稚園・認定こども園・小学校・特別支援学校職員等
- 5 日時 令和4年11月4日（金）14時から16時まで
- 6 場所 平塚市保健センター 2階 健康学習室または健康増進室
- 7 その他 上記の講義内容をオンデマンド配信します。
（オンデマンド配信の参加方法等については後日ご案内いたします。）

以上