

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・運動・生活リズム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す。(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、乳幼児ケアを促す。
- 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。令和 3 年度より、運動指導士による運動相談を追加した。(評価については項目 6 参照)

3 3 歳児健康診査の結果

【表 1】

令和 3 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 6 0 6 人	6 7	4. 1 7	2 4	1. 4 9

1) 肥満度 15～20%未満の児

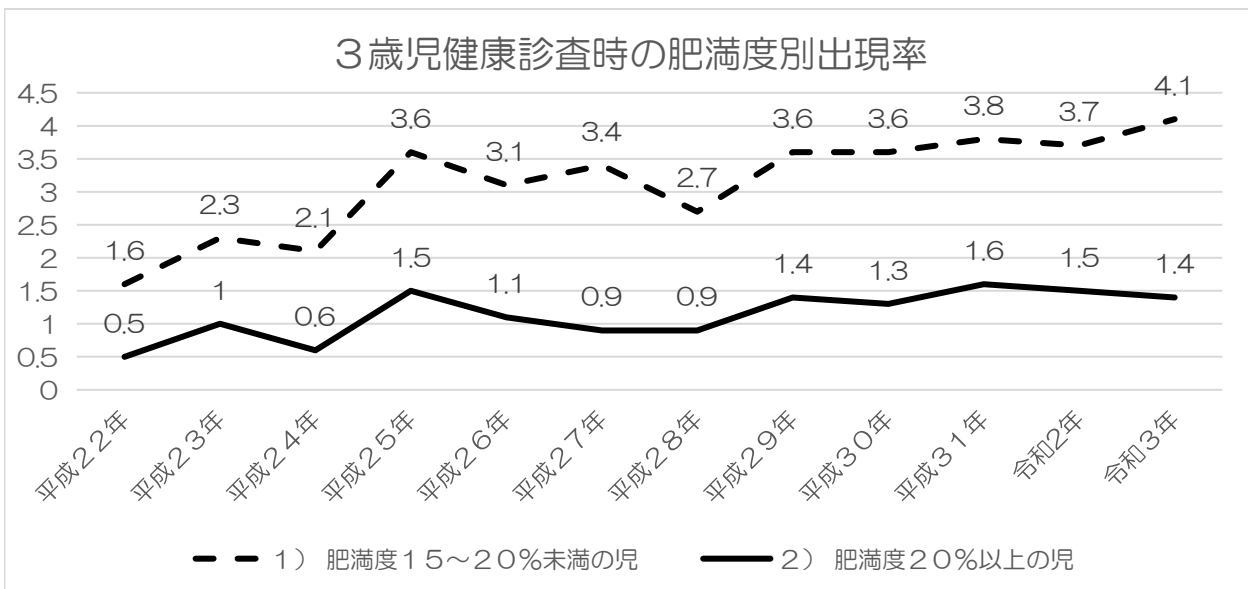
- 栄養相談を回った人数・・・ 66/67人 98.5%
- パンフレットを渡し結果説明した人数・・・ 1/67人 1.49%

2) 肥満度 20%以上の児

- 栄養相談、生活相談を回った人数・・・ 21/24人 87.5%
- 栄養相談、生活相談を回らなかった数・・・ 3/24人 相談ニーズなし。

4 年次推移

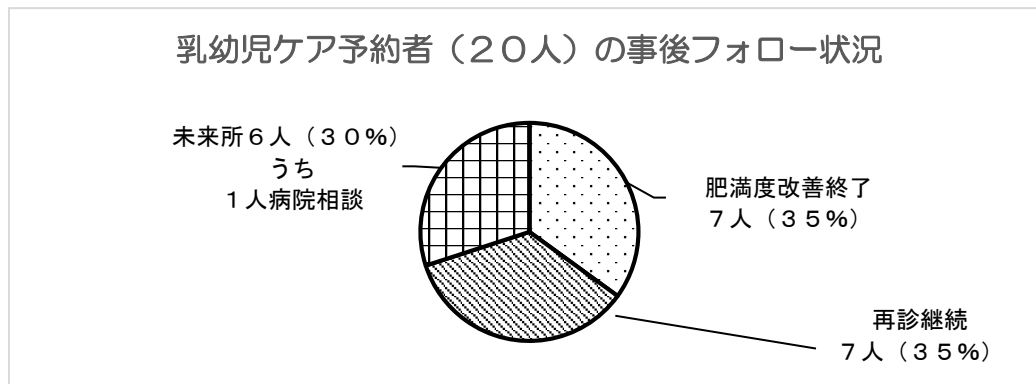
【図 1】



5 肥満度20%以上の児の健診後フォロー

乳幼児ケア予約・・・20/24（人）

【図2】



〈考察および今後の取り組み〉

3歳児健康診査時に肥満度が20%以上の児が乳幼児ケアを予約し、来所された児の割合は【図2】のとおり、70%であったため、意識の高さが伺える。そのうち、肥満度が改善し終了した児の割合は35%であった。一方、予約をしたものの未来所の児の割合が30%であるため、その保護者への意識づけが課題である。本事業が、5歳児肥満度調査で太りぎみ以上の児の減少に反映されるよう取り組んでいく必要がある。

6 乳幼児ケアで実施した運動相談の事業の評価について

乳幼児ケアで実施した運動相談の事業の評価

【表1】令和3年12月（アンケートの内容を変更時点）～令和4年12月まで
（運動相談を受けた37人のアンケート回収率は100%であった。）

令和4年度 乳幼児ケアに来所した人数 （肥満度20%以上の児）	運動相談を受けた人数	運動相談を2回以上受けた人
37人	37人 (※1)	11人

※1 運動相談に受けた人の満足度：37人中

大変満足だった	満足だった	やや不満だった	不満だった
19人	18人	0人	0人

〈考察および今後の取り組み〉

令和3年度から運動相談を加えたことにより、実例は少ないが、運動相談を2回以上受けた11人のうち、45.5%の割合で肥満度の改善がみられた。また、満足度については、大変満足だった、満足だったと回答した人の割合は100%であり、運動相談を受けた保護者の満足度は高いことがわかった。今後は、運動相談において簡易な体力測定の実施を検討し、本市における肥満対策強化に活かしていきたい。

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	R2	R3	R4
肥満児(人)	216	207	211	201	165	217	173	179	174	149	206	174	165	178	164	173	183	274	235	245
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	2,064	2,079	1,943
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	13.3	11.3	12.6

※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。

2.男女別

年度	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
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	13.3	11.3	12.6
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	16.4	12.0	15.5
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	10.0	10.6	9.5

※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。

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	R2	R3	R4
配布数(人)	176	157	173	167	140	153	138	149	141	140	166	66	70	91	72	74	66	—	102	103
肥満児(人)	216	207	211	201	165	217	173	179	174	149	206	174	165	178	164	173	183	—	235	245
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)	—	43.4 (86.4)	42.0 (82.4)

※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。
※令和2年度は新型コロナウイルスの影響により事業を中止した。

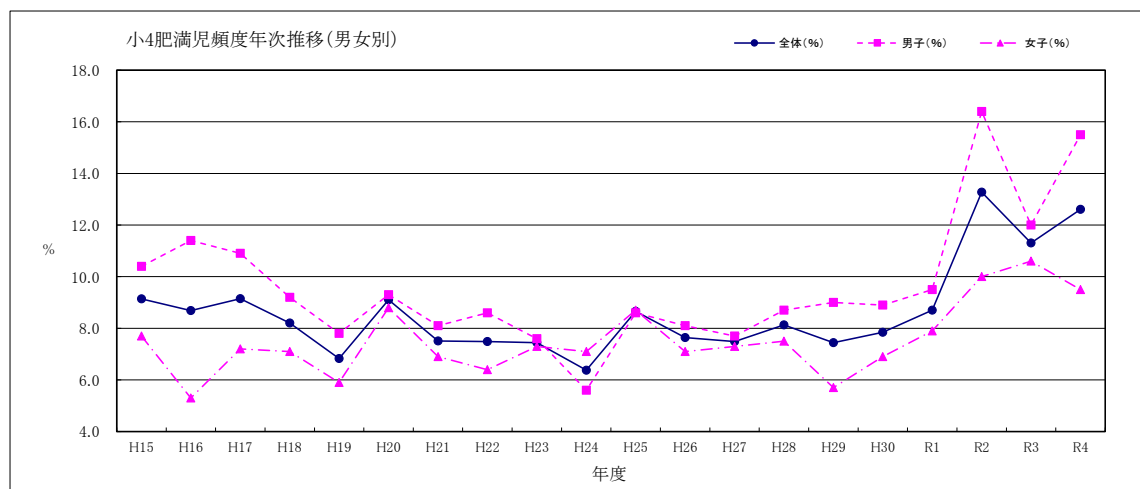
4.受診児/「受診のすすめ」(受診率)

年度	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
受診数(人)	45	45	53	44	33	44	33	39	42	43	34	17	21	31	23	25	21	—	21	17
配布数(人)	176	157	173	167	140	153	138	149	141	140	166	66	70	91	72	74	66	—	102	103
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	—	20.6	16.5

※令和2年度は新型コロナウイルスの影響により事業を中止した。

5.肥満度別受診率(R4年度)

年度	受診数(人)	肥満児(人)	割合(%)
中等度	9	112	8.0
高度	1	13	7.7
合計	10	125	8.0



「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

※令和3年度は新型コロナウイルスの影響により、令和3年度学校保健統計調査の速報値が令和4年7月頃公表予定のため、

現時点(令和4年1月27日時点)では不明。

※現時点では(令和5年1月10日時点)では不明。

【平塚市】平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会

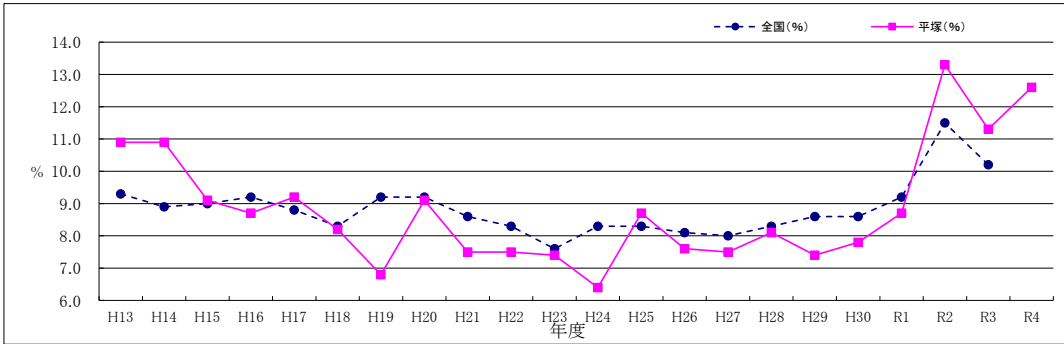
H19までは肥満度20%以上を標準体重120%に換算

H20からは(実測体重-身長別標準体重)÷身長別標準体重×100

※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。

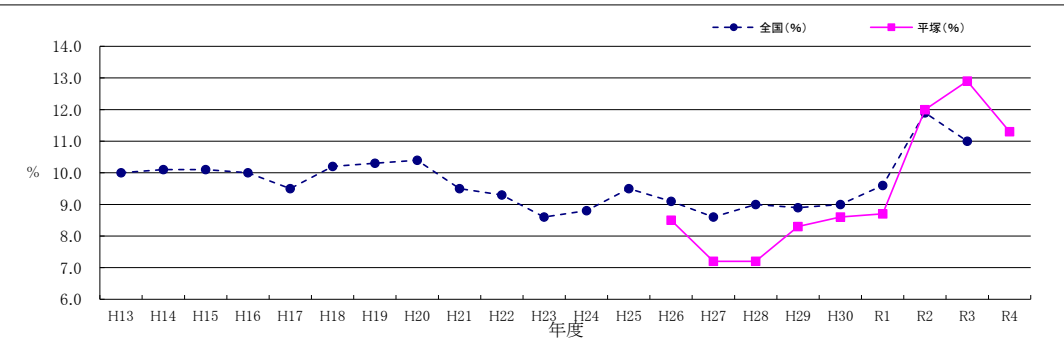
【4年生】

年度	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
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	11.5	10.2	
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	13.3	11.3	12.6



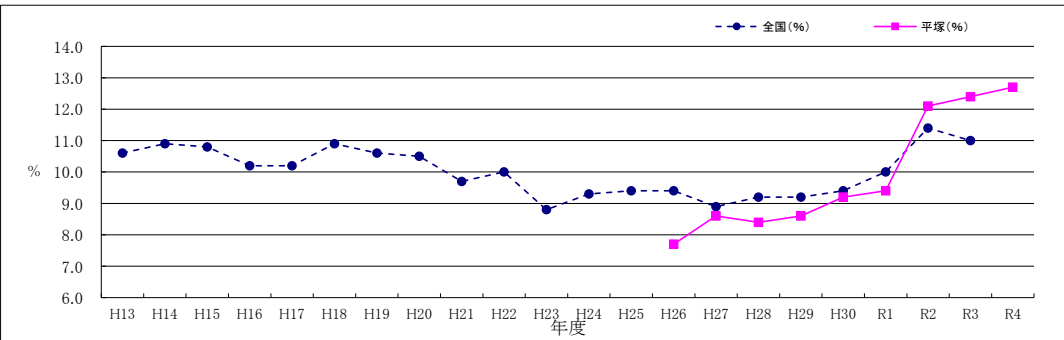
【5年生】

年度	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
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	11.9	11.0	
平塚(%)														8.5	7.2	7.2	8.3	8.6	8.7	12.0	12.9	11.3



【6年生】

年度	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
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	11.4	11.0	
平塚(%)														7.7	8.6	8.4	8.6	9.2	9.4	12.1	12.4	12.7



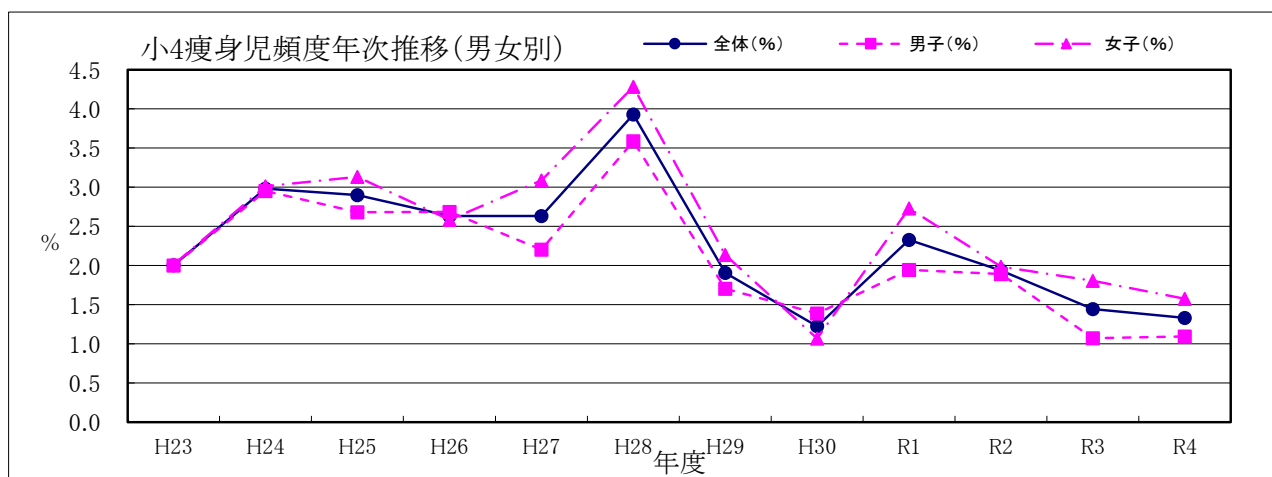
痩身児調査結果の推移(小学校4年生)

1. 痩身児頻度

年度	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
男:痩身児(人)	24	36	33	31	25	40	20	15	21	20	11	11
男:在籍数(人)	1,200	1,220	1,231	1,155	1,134	1,115	1,173	1,082	1,079	1,057	1,026	1,004
女:痩身児(人)	23	34	36	29	33	46	22	12	28	20	19	15
女:在籍数(人)	1,143	1,128	1,149	1,123	1,069	1,074	1,030	1,123	1,025	1,007	1,053	951
合計:痩身児(人)	47	70	69	60	58	86	42	27	49	40	30	26
合計:在籍数(人)	2,343	2,348	2,380	2,278	2,203	2,189	2,203	2,205	2,104	2,064	2,079	1,955
割合(%)	2.0	3.0	2.9	2.6	2.6	3.9	1.9	1.2	2.3	1.9	1.4	1.3

2. 男女別

年度	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
全体(%)	2.0	3.0	2.9	2.6	2.6	3.9	1.9	1.2	2.3	1.9	1.4	1.3
男子(%)	2.0	3.0	2.7	2.7	2.2	3.6	1.7	1.4	1.9	1.9	1.1	1.1
女子(%)	2.0	3.0	3.1	2.6	3.1	4.3	2.1	1.1	2.7	2.0	1.8	1.6



※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。

「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

※令和3年度は新型コロナウイルスの影響により、令和3年度学校保健統計調査の速報値が令和4年7月頃公表予定のため、現時点(令和4年1月27日時点)では不明。

※現時点(令和5年1月10日時点)では不明。

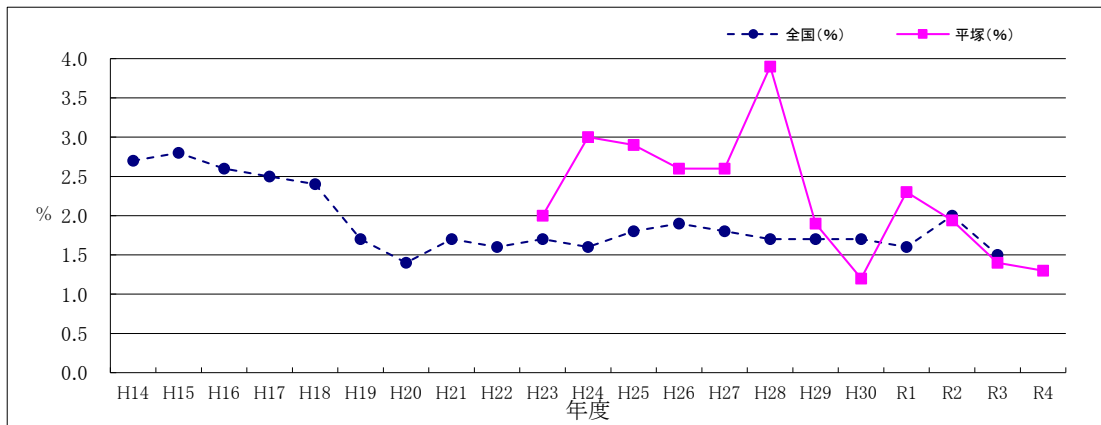
平塚市 平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会

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

※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。

【4年生】

年度	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
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	2.0	1.5	
平塚(%)											2.0	3.0	2.9	2.6	2.6	3.9	1.9	1.2	2.3	1.9	1.4	1.3



令和4年度肥満児・痩身児調査

9歳児(小4)				10歳児(小5)				11歳児(小6)			
肥満児	全体	男子	女子	肥満児	全体	男子	女子	肥満児	全体	男子	女子
全国				全国				全国			
神奈川県				神奈川県				神奈川県			
平塚市	12.60%	15.50%	9.54%	平塚市	11.25%	12.85%	9.70%	平塚市	12.68%	15.87%	9.36%
痩身児	全体	男子	女子								
全国											
神奈川県											
平塚市	1.33%	1.09%	1.57%								

※学校保健統計調査の速報値が令和5年7月頃公表予定のため、

現時点(令和5年1月10日時点)では全国及び神奈川県の値は不明。

※ 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4年度 判定結果

※新型コロナウイルス感染症の予防により、判定部会を中止したが、事務局で暫定的に判定した。

小学校4年生

項目	人数	構成率%	備考
A 在籍数	1,943		
B 受診のおすすめ発行数	103	5.3 (B/A)	
C 受診報告書回収数	17	16.5 (C/B)	※うち4人は報告書に不備があり測定不可
判定結果	5点以下	6 35.3	うち3人は、受診時の肥満度は30%未満
	6点	1 5.9	
	7点	2 11.8	うち1人は、受診時の肥満度は30%未満
	8点	2 11.8	うち1人は、受診時の肥満度は30%未満
	9点	0 0.0	
	10点	2 11.8	受診時の肥満度は30%未満
	11点	0 0.0	
	12点	0 0.0	
	13点	0 0.0	
	14点	0 0.0	
15点以上	0 0.0		
※17人のうち、健康教室への出席5人。			

小学校5年生

項目	人数	構成率%	備考
A 在籍数	2,080		
B 受診のおすすめ発行数	97	4.7 (B/A)	
C 受診報告書回収数	13	13.4 (C/B)	※うち7人は報告書に不備があり測定不可
判定結果	5点以下	3 23.1	うち2人は、受診時の肥満度は30%未満
	6点	1 7.7	受診時の肥満度は30%未満
	7点	0 0.0	
	8点	1 7.7	
	9点	0 0.0	
	10点	2 15.4	
	11点	1 7.7	
	12点	0 0.0	
	13点	0 0.0	
	14点	0 0.0	
15点以上	1 7.7	受診時の肥満度は30%未満	

小学校6年生

項目	人数	構成率%	備考
A 在籍数	2,066		
B 受診のおすすめ発行数	133	6.4 (B/A)	
C 受診報告書回収数	20	15.0 (C/B)	※うち9人は報告書に不備があり測定不可
判定結果	5点以下	3 15.0	うち1人は、受診時の肥満度は30%未満
	6点	2 10.0	
	7点	0 0.0	
	8点	0 0.0	
	9点	2 10.0	うち1人は、受診時の肥満度は30%未満
	10点	1 5.0	
	11点	3 15.0	うち2人は、受診時の肥満度は30%未満
	12点	0 0.0	
	13点	0 0.0	
	14点	0 0.0	
15点以上	0 0.0		

※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4年12月18日（日） 午後1時30分から午後16時00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197人とその保護者
- 4 参加人数 児童25人とその保護者
- 5 参加児童内訳
 - (1) 受診のお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 20人
 - (2) 判定部会での判定ポイントが5点以下の児童 4人
 - (3) 判定部会での判定ポイントが10点以上の児童 1人
- 6 実施内容
 - (1) 身体計測（身長、体重、腹囲、肥満度算出）
スタッフ 学務課職員
 - (2) 医師面談
スタッフ 猪股委員長、小西委員
 - (3) 栄養相談
スタッフ 釣谷委員、学校栄養技師等4名
 - (4) 運動指導
スタッフ 位高委員

以上

5歳児生活実態調査について（案）

1 令和3年度実績

調査票配布数 1, 870枚

幼稚園	19園	748枚
保育所	35園	756枚
認定こども園	8園	366枚

回収数 1, 692枚 回収率 90.5%

2 令和5年度の予定について

(1) 対象 市内の公私立幼稚園・保育所・認定こども園に在籍する5歳児（年長児）
（平成29年4月2日から平成30年4月1日生まれの児）

(2) 期間 令和5年6月1日から令和5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）

・モデル園のみ、保護者がオンライン回答と紙回答の選択が可能。モデル園について、別紙 [資料7-2](#) 参照。

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) 内容

別紙調査票 [資料7-3](#) のとおり

・「With コロナ」の項目を削除

・モデル園のみオンライン回答の選択可能のため、別紙調査票 [資料7-4](#) を使用。

・モデル園でのオンライン化導入調査とし、回収数の変化等を調査。

(5) お願い

・別紙調査票 [資料7-3](#) [資料7-4](#) 2ページの2「体格について」問1「身長と体重について」（必ず所属園に確認し最近の値を御記入ください）と保護者へ周知しているため、御協力をお願いいたします。

・別紙調査票 [資料7-3](#) [資料7-4](#) 3ページの4「身体活動や運動」問1「平均して1日当たり何分くらい、体を動かしていますか。」について、平日の登園日の園での活動量の記載がありますので、保護者から質問があることが考えられます。御協力お願いいたします。

令和5年度「平塚市子どもの生活習慣病予防のための生活実態調査」のオンライン化 モデル園について

1 目的

年長児の本調査において、保護者の回答を後々オンライン化にすることを検討中。

令和5年度はモデル園のみオンライン回答を選択できるよう設定し、回答数の変化等調査。

のちのオンライン化導入に向けての調査目的。

2 依頼日

令和5年6月頃。

3 内容

現在平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員の園をモデル園とし、モデル園(東中原幼稚園、富士見保育園、港こども園、南原保育園(五十音順))4園にて実施。

実態調査調査票の内容は、市内他園と同じ。

保護者が【紙回答】または【オンライン回答】の回答方法の選択が可能。

[流れ]

①健康課(事務局)より各園へ(封筒に入れた)調査票を配布



②園より年長クラスの保護者に対し、(封筒に入れた)調査票を配布



③保護者は【紙の調査票での回答】または【QRコードからオンラインでの回答】



④保護者は回答後、(封筒に入れた)調査票を園へ提出。(紙回答・オンライン回答どちらも封筒提出)

※封筒回収に向けてのお声掛けの御協力をお願い致します。



⑤健康課(事務局)より園に回収に向う



⑥健康課(事務局)にてオンライン回答の割合を確認

4 方向性

令和5年度はモデル園でのオンライン化導入調査とし、回収数の変化等を確認。

紙のみの回答であった過去の回収率と、大差ないようであれば今後オンライン化に向けて調整し、のちに全園に向けてオンライン回答の選択ができるように調整していく。

～保護者の皆様へ～

子どもの生活習慣病予防のための生活実態調査

増え続ける生活習慣病は、小児期においても生活習慣病予備群として増加しています。平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会では、巡回教室や健康教室など予防対策事業を実施しておりますが、より実態に即した事業を行うために、この調査を実施いたします。

この調査は、通園されている幼稚園・保育園(所)・認定こども園の御協力をいただき、園をとおして、調査票の配布、回収をさせていただきます。つきましては、調査への御協力を賜りますようお願いいたします。

調査票は封筒に入れ、封をして、園へ御提出いただきますようお願いいたします。

平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会

*お問合せは、平塚市健康課(保健センター)0463-55-2111

本調査は、他市町村との比較や客観的評価のため、体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究報告書(文部科学省)と子ども・青少年のスポーツライフデータ(笹川スポーツ財団)を参考に作成し、スポーツ健康科学博士の位高駿夫氏(本委員会・学識経験者)の監修で作成しました。一部、回答に迷う項目もあるかもしれませんが、最適と感じる回答を御選択下さい。

<回答方法>

あてはまる 番号に ○ をつけて回答してください。

1 基本情報についてお尋ねします

問1 アンケート記入者

1. 父 2. 母 3. 祖父 4. 祖母 5. その他()

問2 お子さんの性別

1. 男 2. 女

問3 所属先

1. 保育園(所) 2. 幼稚園
3. 認定こども園(幼稚園部分:1号認定) 4. 認定こども園(保育園部分:2号認定)

問4 同居しているご家族【※複数回答可※】

1. 父 2. 母 3. 祖父 4. 祖母 5. きょうだい[_____人] 6. その他(_____)

問5 子どもの親の婚姻状況

1. 有配偶(現在結婚している) 2. 離別・死別・未婚・その他

2 体格についてお尋ねします

問1 身長と体重(必ず所属園に確認し、最近の値を御記入ください)

身長 []cm ・ 体重 []kg

問2 お子さんの体格をどう思いますか。

1. 太っている 2. 少し太っている 3. 普通 4. 少しやせている 5. やせている

3 生活リズム(主に睡眠)についてお尋ねします

問1 登園日の起床は何時ですか。

1. 6時より前 2. 6時台 3. 7時台 4. 8時台 5. 9時以降

問2 朝、自分で起きますか。

1. 自分で起きることが多い 2. 起こされることが多い 3. 半々くらい

問3 登園日に家を出る時間は何時ですか。

1. 7時より前 2. 7時台 3. 8時台 4. 9時台 5. 10時以降

問4 園から帰宅する時間は何時ですか。

1. 15時より前 2. 15時台 3. 16時台 4. 17時台
5. 18時台 6. 19時台 7. 20時以降

問5 登園日の入浴は何時ですか。

1. 16時より前 2. 16時台 3. 17時台 4. 18時台
5. 19時台 6. 20時台 7. 21時台 8. 22時以降

問6 登園日の就寝は何時ですか。

1. 18時より前 2. 18時台 3. 19時台 4. 20時台 5. 21時台 6. 22時以降

問7 休日の就寝は何時ですか。

1. 18時より前 2. 18時台 3. 19時台 4. 20時台 5. 21時台 6. 22時以降

問8 登園日の睡眠時間は何時間ですか。

1. 7時間未満 2. 7時間～7時間59分 3. 8時間～8時間59分
4. 9時間～9時間59分 5. 10時間～10時間59分 6. 11時間以上

問9 休日の睡眠時間は何時間ですか。

1. 7時間未満 2. 7時間～7時間59分 3. 8時間～8時間59分
4. 9時間～9時間59分 5. 10時間～10時間59分 6. 11時間以上

問10 就寝の時間はこのままでよいですか。

1. 今より早く寝かせたい 2. 今より遅く寝かせたい 3. 今のままでよい

4 身体活動や運動(身体を動かすことや遊び)についてお尋ねします

問1 平均して1日当たり何分くらい、体を動かしていますか？*

※全身を使った遊び・運動(鬼ごっこ、かくれんぼ、ボール遊び、すべり台、砂遊びなど)、通園時の歩行や散歩などが含まれます。

	幼稚園や保育園(所)	幼稚園や保育園(所)以外
平日(登園日)	1日 約 _____ 分	1日 約 _____ 分
休日(登園日以外)	1日 約 _____ 分	

問2 自由な遊びのとき、活発に体を動かす遊びをどのくらいしていますか？

1. まったくしない 2. 少ししかない 3. よくする 4. 非常によくする

問3 保育以外の自由な遊びの時、室内での遊びと戸外での遊びとどちらが多いですか？

1. 室内での遊びが非常に多い 2. 室内での遊びが少し多い 3. どちらも同じくらい
4. 戸外での遊びが非常に多い 5. 戸外での遊びが少し多い

問4 平日にテレビやDVDを見る時間はどのくらいですか？

	1. 30分未満	2. 30分～1時間未満	3. 1時間～2時間未満
平日	4. 2時間～3時間未満	5. 3時間～4時間未満	6. 4時間～5時間未満
	7. 5時間以上	8. つけっぱなし	9. わからない

問5 休日にテレビやDVDを見る時間はどのくらいですか？

	1. 30分未満	2. 30分～1時間未満	3. 1時間～2時間未満
休日	4. 2時間～3時間未満	5. 3時間～4時間未満	6. 4時間～5時間未満
	7. 5時間以上	8. つけっぱなし	9. わからない

問6 お子さんはスマートフォン、タブレットを使うことがありますか。

1. はい 2. いいえ

【問6「はい」と答えた方】

◆使用する時間はどのくらいですか。

1. 2時間未満 2. 2時間以上

◆誰と使用しますか。

1. ひとりで 2. 父親 3. 母親 4. その他()

◆いつ使用しますか。【※複数回答可※】

1. 登園前 2. 園から帰って 3. 夕食後 4. 休日

◆使用する内容は何か。【※複数回答可※】

1. ゲーム 2. 動画 3. 教材 4. その他()

5 食生活についてお尋ねします

問1 登園日の朝食は何時ですか。

1. 6時より前 2. 6時台 3. 7時台 4. 8時台 5. 9時以降

問2 登園日の夕食は何時ですか。

1. 17時より前 2. 17時台 3. 18時台 4. 19時台 5. 20時以降

問3 朝食を毎日食べていますか。

1. はい 2. 時々 3. いいえ(下記の★へ)

【問3「はい」「時々」と答えた方】 普段食べているものはなんですか。【※複数回答可※】

1. 主食(ごはん、パン、めん類、シリアル等) 2. 主菜(卵、肉類、魚類、納豆、ヨーグルト、チーズ等)
3. 副菜(野菜、味噌汁又は野菜スープ等) 4. 果物
5. 菓子類(菓子パン含む) 6. その他(牛乳、ジュース等)

【問3「はい」「時々」と答えた方】 朝食にかかる時間はどのくらいですか。

1. 10分未満 2. 10分～20分未満 3. 20分～30分未満
4. 30分～40分未満 5. 40分～50分未満 6. 50分～60分未満 7. 60分以上

【問3「はい」「時々」と答えた方】 朝食は誰と食べていますか。【※複数回答可※】

1. 1人で 2. 親と 3. 祖父母と 4. きょうだいと 5. その他(誰と)

★【問3「いいえ」と答えた方】 朝食を食べない理由は何ですか。【※複数回答可※】

1. 時間がない 2. 食欲がない 3. 家族が食べる習慣がない
4. 朝食の用意ができてない 5. その他()

問4 食事前の1時間以内に飲食する習慣はありますか。

1. はい 2. いいえ

【問4「はい」と答えた方】

◆具体的に何を飲食することが多いですか？【※複数回答可※】

1. 水・お茶 2. 牛乳 3. ジュース・飲料
4. 菓子類(チョコ等) 5. アイス 6. その他(パン・果物類など)

問5 夕食を食べてから寝るまでの間に飲食する習慣はありますか。

1. はい 2. いいえ

【問5「はい」と答えた方】

◆具体的に何を飲食することが多いですか？【※複数回答可※】

1. 水・お茶 2. 牛乳 3. ジュース・飲料
4. 菓子類(チョコ等) 5. アイス 6. その他(パン・果物類など)

御協力ありがとうございました。

～保護者の皆様へ～

子どもの生活習慣病予防のための生活実態調査

増え続ける生活習慣病は、小児期においても生活習慣病予備群として増加しています。平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会では、巡回教室や健康教室など予防対策事業を実施しておりますが、より実態に即した事業を行うために、この調査を実施いたします。

この調査は、通園されている幼稚園・保育園(所)・認定こども園の御協力をいただき、園をとおして、調査票の配布、回収をさせていただきます。つきましては、調査への御協力を賜りますようお願いいたします。

平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会

*お問合せは、平塚市健康課(保健センター)0463-55-2111

本調査は、他市町村との比較や客観的評価のため、体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究報告書(文部科学省)と子ども・青少年のスポーツライフデータ(笹川スポーツ財団)を参考に作成し、スポーツ健康科学博士の位高駿夫氏(本委員会・学識経験者)の監修で作成しました。一部、回答に迷う項目もあるかもしれませんが、最適と感じる回答を御選択下さい。

<回答方法> 以下の①もしくは②のいずれかの方法で御回答をお願いします。

① この調査票を回答後、
封筒に入れ封をして園へ御提出

② 二次元コードから電子申請し回答。
封筒を園へ御提出。電子申請方法は別紙参照

※回答数把握のため、封筒は回収させていただきます。

紙媒体の調査票で回答の場合、あてはまる 番号に ○ をつけて回答してください。

1 基本情報についてお尋ねします

問1 アンケート記入者

1. 父 2. 母 3. 祖父 4. 祖母 5. その他()

問2 お子さんの性別

1. 男 2. 女

問3 所属先

1. 保育園(所) 2. 幼稚園
-
3. 認定こども園(幼稚園部分:1号認定) 4. 認定こども園(保育園部分:2号認定)

問4 同居しているご家族【※複数回答可※】

1. 父 2. 母 3. 祖父 4. 祖母 5. きょうだい[人] 6. その他()

問5 子どもの親の婚姻状況

1. 有配偶(現在結婚している) 2. 離別・死別・未婚・その他

2 体格についてお尋ねします

問1 身長と体重(必ず所属園に確認し、最近の値を御記入ください)

身長 []cm ・ 体重 []kg

問2 お子さんの体格をどう思いますか。

1. 太っている 2. 少し太っている 3. 普通 4. 少しやせている 5. やせている

3 生活リズム(主に睡眠)についてお尋ねします

問1 登園日の起床は何時ですか。

1. 6時より前 2. 6時台 3. 7時台 4. 8時台 5. 9時以降

問2 朝、自分で起きますか。

1. 自分で起きることが多い 2. 起こされることが多い 3. 半々くらい

問3 登園日に家を出る時間は何時ですか。

1. 7時より前 2. 7時台 3. 8時台 4. 9時台 5. 10時以降

問4 園から帰宅する時間は何時ですか。

1. 15時より前 2. 15時台 3. 16時台 4. 17時台
5. 18時台 6. 19時台 7. 20時以降

問5 登園日の入浴は何時ですか。

1. 16時より前 2. 16時台 3. 17時台 4. 18時台
5. 19時台 6. 20時台 7. 21時台 8. 22時以降

問6 登園日の就寝は何時ですか。

1. 18時より前 2. 18時台 3. 19時台 4. 20時台 5. 21時台 6. 22時以降

問7 休日の就寝は何時ですか。

1. 18時より前 2. 18時台 3. 19時台 4. 20時台 5. 21時台 6. 22時以降

問8 登園日の睡眠時間は何時間ですか。

1. 7時間未満 2. 7時間～7時間59分 3. 8時間～8時間59分
4. 9時間～9時間59分 5. 10時間～10時間59分 6. 11時間以上

問9 休日の睡眠時間は何時間ですか。

1. 7時間未満 2. 7時間～7時間59分 3. 8時間～8時間59分
4. 9時間～9時間59分 5. 10時間～10時間59分 6. 11時間以上

問10 就寝の時間はこのままでよいですか。

1. 今より早く寝かせたい 2. 今より遅く寝かせたい 3. 今のままでよい

4 身体活動や運動(身体を動かすことや遊び)についてお尋ねします

問1 平均して1日当たり何分くらい、体を動かしていますか？*

※全身を使った遊び・運動(鬼ごっこ、かくれんぼ、ボール遊び、すべり台、砂遊びなど)、通園時の歩行や散歩などが含まれます。

	幼稚園や保育園(所)	幼稚園や保育園(所)以外
平日(登園日)	1日 約 _____ 分	1日 約 _____ 分
休日(登園日以外)	1日 約 _____ 分	

問2 自由な遊びのとき、活発に体を動かす遊びをどのくらいしていますか？

1. まったくしない 2. 少ししかない 3. よくする 4. 非常によくする

問3 保育以外の自由な遊びの時、室内での遊びと戸外での遊びとどちらが多いですか？

1. 室内での遊びが非常に多い 2. 室内での遊びが少し多い 3. どちらも同じくらい
4. 戸外での遊びが非常に多い 5. 戸外での遊びが少し多い

問4 平日にテレビやDVDを見る時間はどのくらいですか？

	1. 30分未満	2. 30分～1時間未満	3. 1時間～2時間未満
平日	4. 2時間～3時間未満	5. 3時間～4時間未満	6. 4時間～5時間未満
	7. 5時間以上	8. つけっぱなし	9. わからない

問5 休日にテレビやDVDを見る時間はどのくらいですか？

	1. 30分未満	2. 30分～1時間未満	3. 1時間～2時間未満
休日	4. 2時間～3時間未満	5. 3時間～4時間未満	6. 4時間～5時間未満
	7. 5時間以上	8. つけっぱなし	9. わからない

問6 お子さんはスマートフォン、タブレットを使うことがありますか。

1. はい 2. いいえ

【問6「はい」と答えた方】

◆使用する時間はどのくらいですか。

1. 2時間未満 2. 2時間以上

◆誰と使用しますか。

1. ひとりで 2. 父親 3. 母親 4. その他()

◆いつ使用しますか。【※複数回答可※】

1. 登園前 2. 園から帰って 3. 夕食後 4. 休日

◆使用する内容は何ですか。【※複数回答可※】

1. ゲーム 2. 動画 3. 教材 4. その他()

5 食生活についてお尋ねします

問1 登園日の朝食は何時ですか。

1. 6時より前 2. 6時台 3. 7時台 4. 8時台 5. 9時以降

問2 登園日の夕食は何時ですか。

1. 17時より前 2. 17時台 3. 18時台 4. 19時台 5. 20時以降

問3 朝食を毎日食べていますか。

1. はい 2. 時々 3. いいえ(下記の★へ)

【問3「はい」「時々」と答えた方】 普段食べているものはなんですか。【※複数回答可※】

1. 主食(ごはん、パン、めん類、シリアル等) 2. 主菜(卵、肉類、魚類、納豆、ヨーグルト、チーズ等)
3. 副菜(野菜、味噌汁又は野菜スープ等) 4. 果物
5. 菓子類(菓子パン含む) 6. その他(牛乳、ジュース等)

【問3「はい」「時々」と答えた方】 朝食にかかる時間はどのくらいですか。

1. 10分未満 2. 10分～20分未満 3. 20分～30分未満
4. 30分～40分未満 5. 40分～50分未満 6. 50分～60分未満 7. 60分以上

【問3「はい」「時々」と答えた方】 朝食は誰と食べていますか。【※複数回答可※】

1. 1人で 2. 親と 3. 祖父母と 4. きょうだいと 5. その他(誰と)

★【問3「いいえ」と答えた方】 朝食を食べない理由は何ですか。【※複数回答可※】

1. 時間がない 2. 食欲がない 3. 家族が食べる習慣がない
4. 朝食の用意ができてない 5. その他()

問4 食事前の1時間以内に飲食する習慣はありますか。

1. はい 2. いいえ

【問4「はい」と答えた方】

◆具体的に何を飲食することが多いですか？【※複数回答可※】

1. 水・お茶 2. 牛乳 3. ジュース・飲料
4. 菓子類(チョコ等) 5. アイス 6. その他(パン・果物類など)

問5 夕食を食べてから寝るまでの間に飲食する習慣はありますか。

1. はい 2. いいえ

【問5「はい」と答えた方】

◆具体的に何を飲食することが多いですか？【※複数回答可※】

1. 水・お茶 2. 牛乳 3. ジュース・飲料
4. 菓子類(チョコ等) 5. アイス 6. その他(パン・果物類など)

御協力ありがとうございました。

令和5年度事業計画（案）

事業名	実施予定	内 容	方 法
対策委員会	7月27日（木） 令和6年2月1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等によっては書面会議で開催予定）
巡回教室	9月～2月	公私立保育所・幼稚園・認定こども園の園児向けに実施する。 保護者に対しては、テキスト配布及び動画配信の案内に変更する。	園児：管理栄養士による教室実施（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） ・保護者向けの動画配信（希望園の年長児保護者）
5歳児肥満度調査	5月	公私立保育所・幼稚園・認定こども園等の協力により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の配布及び子どもの生活習慣病予防相談を案内する。	メールで身長・体重のデータを送付する方法に変更。
子どもの生活習慣病予防相談	7月23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・健康運動指導士・保健師・管理栄養士が個別相談を実施する。	例年通り
3歳児健診時の肥満対策強化事業	年間	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）に案内する。 肥満度20%以上の場合、医師から説明し、生活相	例年通り

		<p>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。</p>	
5歳児生活実態調査	6月	<p>公私立保育所・幼稚園・認定こども園等の協力により5歳児の生活実態調査を実施する。</p>	<p>モデル園（4園）にて、紙回答か電子回答の選択式とし、実施。</p>
小学4～6年生へ「受診のおすすめ」発行	6月	<p>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。</p>	<p>例年通り</p>
児童判定部会	9月～10月	<p>「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。</p>	<p>例年通り</p>
児童健康教室	11月	<p>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。</p>	<p>例年通り</p>
関係職種への研修	—	<p>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。</p>	<p>隔年実施（2024年度実施予定）</p>

*** 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。**