

令和5年度 第2回平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会 会議録

日 時 令和6年2月1日（木）午後1時30分から午後2時30分まで
会 場 保健センター2階 健康学習室
出席者 猪股誠司委員、小西好文委員、鈴木基委員、宮川ひとみ委員、山田佳代子委員、
小澤清一委員、高田直子委員、小林万里子委員、有村優子委員、位高駿夫委員
事務局：田村健康課長、平田課長代理、長田主管、石澤技師、八木沢技師、
市川学務課長、柳泉学務担当長、大橋主査
欠 席 和田亜美委員、鈴木理賀委員、三浦郁子委員、石井育代委員
事務局：重田健康・こども部長、樹本母子保健担当長、長谷川技師

開会

事務局

本日の会議は「平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会規則」の第5条第2項に規定する委員の過半数の出席という要件を満たしている。本会議は原則公開となっているが、本日の傍聴者はいない

健康課長あいさつ

ご多忙の中の本委員会への出席、平塚市の行政に対する協力への感謝。子どもの生活習慣病予防対策事業は、平成3年度から始まり30年以上がたち、平塚の母子保健事業として根付いてきた。今後もしっかり取り組んでいきたいと考えている。一方、国としても、母子保健事業に力を入れ、少子化対策も行ううえで様々な事業が発足している。平塚市としても、令和6年度以降、総合計画の見直しを行ううえで、母子保健に力を入れている。新しく計画を立てている健康増進計画、食育推進計画に関しても、子どもの生活習慣病予防対策を盛り込んでいる。本事業は当市の母子保健事業として根付いてきたからこそ、効率よく実施してもよい部分があるのではないか、ということで、来年度の方向性として、今回事務局から変更案を出させていただいている。委員の皆様には忌憚のないご意見をいただきたい。

会長あいさつ

10年前には、1学年2100名程度在籍していたが、来年度の新入学児童は1853名となっている。顕著に少子化が進んでいる現状の中で、30年以上も続いている子どものウェルネスに関わる取り組みは、今後より一層重要性を増していくものであると考えられるため、今後も皆さまのご尽力いただきたい。

議題

1 5歳児生活実態調査について（資料1）

（資料1-1）について

今回の調査では、生活習慣病予防に関する知識の少ない保護者の方々が、日常生活において気をつけるべきポイントが分かるという観点から分析を行っている。また、細かく分析することにより、平塚市から全国へと発信できる情報もあるのではないかと考える。

今回の調査では、特に睡眠の部分をもとめた。肥満傾向にある子どもに関しては、夜10時以降に寝ている人が少ないということが明らかとなったため、肥満因子のひとつとなっている可能性がある。

今回から、身体活動及び運動（身体を動かすことや遊び）という項目を追加した。この項目において、平日（登園日）、休日（登園日以外）の時間帯にどのくらい体を動かしているか調査した。子どもの身体を動かす時間の平均値を肥満傾向の子どもと普通の子どもを比較した結果、平日（登園日）で約17分、休日（登園日以外）で約12分少ないことが明らかになった。実際には、運動量を定量化することは難しいことが分かっているが、スポーツ庁においても使われている方法に準拠して今後も継続して行っていく必要があると考える。あまり日本でも言われていないことではあるが、5歳児の運動もプラス10が必要ではないか、と考えられる。

また、スクリーンタイムに関する項目に関しても今回追加した。休日にテレビやDVDを2時間以上視聴する子どもの割合として、普通の体型の子どもでは62.0%であるのに対し、肥満傾向の子どもでは75.3%と高いことが確認された。直接の因果関係とは言えないが、ひとつの因子として考えられるのではないか。

従来より調査されている朝食という項目に関しては、朝食を毎日食べない子どもの割合として肥満傾向の子どもは2.3%だが、実際の人数としては2人か3人程度であるため、その他の観点からのアプローチも必要だと考えられる。また、夕食から寝るまでの間に飲食する習慣は普通体型の子どもは、58.7%に対して、肥満傾向の子どもが70.4%と高いことが明らかとなっているため、一因となっている可能性が考えられる。全体の割合から見ると10%程度であるが、そういった傾向があるということが明らかとなった。したがって、保護者の方により意識してもらうため、生活実態調査の結果という形で用紙を作成しフィードバックをすることにより啓発を促していく。

（資料1-2）について

今回、生活習慣と肥満度における関係性を推測できる結果が得られた。保育所では、前年度と比較して肥満度15%以上のお子さんの減少傾向がみられたが、幼稚園では依然高止まりの状況にあることを知ってもらえるよう表紙に記載している。内容として、約30%の保護者の方が子どもの適正な体格の認識ができていなかったことを赤字にして強調している。その他、運動と食事に関することは、心掛けてほしいことを記載している。保護者に注意喚起を行う目的で、普通体型の子どもと肥満傾向にある子どもで違いが分かるように工

夫している。さらに、22時以降の睡眠と肥満には関係があると伝えることで、生活習慣における気づきや見直しにつながるのではないかと考える。また、スマホやタブレットは教材として使用する場合もあるが、身体を動かす遊びを意識することの大切さを最後に伝えている。

次回の実態調査について、実施は令和7年度。次回、電子化するか否かは令和6年度に検討する。電子化する場合は、今年度の方法を活かし、調査期間中に回答を勧奨するポスター等を作成することを考えている。

質問等なし。

2 3歳児健診時の肥満対策強化について（資料2）

取り組み内容について、記載の通り、健診会場に食生活等のポスターを掲示した。肥満度が15～20%未満の子どもは、栄養相談を受けるように、促した。肥満度20%以上の子どもは、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。そして、生活と栄養の相談、乳幼児ケアを促している。

健診後のフォローについて、肥満度20%以上の子どもの場合、3歳児健診から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。そして、令和3年度より、運動指導士による運動相談が追加されている。乳幼児ケアでの運動相談の評価としては、項目6で説明する。

3歳児健康診査時の肥満度別出現率の年次推移としては、【図1】にある通り、肥満度15～20%の児は前年に比べると、少し減少している。肥満度20%以上の子どもの出現率は、1.6で上昇している。

（資料2）3 3歳児健康診査の結果（1）（2）について、肥満度15～20%未満の子どもは98.1%が栄養士の相談に回っている。肥満度20%以上の子どもは90%が相談に回っている。

肥満度20%以上の子どもの健診後フォローについて、令和4年度は肥満度が20%以上の子どもは30名で、27名が、乳幼児ケアを予約している。そのうち、来所した子どもの割合は【図2】のとおり、74%であったため、前年度より、上昇した。3歳児健康診査時点での意識の高さが伺える。そのうち、肥満度が改善し終了した子どもの割合は30%であった。一方、予約をしたものの未来所の子どもの割合が26%であるため、その保護者への意識づけが課題となる。本事業はH29から始まったため、H29時点での3歳児の2年後の評価時には、コロナによる外出自粛などの影響により、5歳児時点の評価は難しい状況であった。今後は、with コロナの時代となり、コロナ前の生活に戻ってきているので、本事業が改めて評価しやすくなると考えられる。そのため、5歳児肥満度調査で太りぎみ以上の子どもの減少に反映されるように今後も取り組んでいく必要があると考える。

最後に、乳幼児ケアで実施した運動相談の事業の評価について。令和5年1月～令和5年

12月までに運動相談を受けた24人のアンケートをもとに評価し、まとめたものが表1である。令和5年度も、令和4年度に引き続き、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といえる。今後も、本市における肥満対策強化に活かしていきたいと考えている。

会 長：3歳児健診にて肥満度20%以上の児30名のうち、3名が生活相談と栄養相談に回らなかったとのことであったが、何らかの工夫により回りやすくする取り組みを行っていききたいと考えている。回らなかった理由としては、どのようなものがあるか。

事 務 局：健康課の相談事業は希望せず、児のかかりつけ医に相談するという方もいた。すでに医療機関にかかっている方もいる。

会 長：その場合は難しい。他質問等あるか。なし。

3 肥満児童（小学校4・5・6年生）と痩身児童（小学4年生）について（資料3）

4 児童判定部会について（資料4）

5 児童健康教室について（資料5）

（資料3-1）小学校4年生の肥満児調査結果の推移

1 肥満児頻度の表に示しているように、今年度小学校4年生在籍数1,929人のうち、肥満度20%以上の児童は251人となっており、出現率は13.0%。

2 男女別の出現率。男子が15.2%、女子が10.7%となっており、平成24、25年度を除いて、男子の方が出現率が高い傾向にある。

3 受診のすすめの配布率。受診のおすそめを発行する対象は平成25年度までは肥満度20%以上で、校医から指摘のあった児童としていたが、平成26年度から肥満度30%以上で、校医から指摘のあった児童としている。今年度は、122人へ受診のおすそめを発行した。

4 受診のおすそめを発行した児童の受診率。122人中27人から病院を受診した報告書が提出され、割合は22.1%となっている。

5 肥満度別受診率になり、中等度肥満の児童は、120人中21人が受診し、受診率は17.5%。高度肥満の児童は、14人中受診者は0人であった。

（資料3-2）平成13年度からの肥満児の出現率の年次推移
示しているとおおり。

（資料3-3）小学校4年生の痩身児調査結果の推移

1 痩身児頻度の表に示しているとおおり、今年度小学校4年生在籍数1,929人のうち、肥満度マイナス20%以下の児童は28人で、出現率は1.5%となっている。

2 番が男女別の出現率であり、男子が0.9%、女子が2.0%となっている。

（資料3-4）小学校4年生の痩身児の出現率の年次推移

示しているとおりの。

(資料3-5) 全国、神奈川県及び平塚市での肥満児・痩身児についての割合

5・6年生については、平塚市では痩身児の調査を行っていないため、肥満児童の調査結果のみ掲載している。なお、令和5年度の全国と神奈川県の値が現時点では公表されていないため、その部分は空欄となっている。

(資料4) 令和5年度判定部会の判定結果

判定部会は、令和5年度から事務局で暫定的に判定した結果を書面で御確認いただく形式で行っている。

受診のおすすめ発行数において、春の健康診断時に肥満度30パーセント以上で学校医の指摘があった小学校4年生122人、5年生101人、6年生106人の合計329人へ「受診のおすすめ」を発行した。そのうち、受診報告書の提出があった数は、4年生27人、5年生13人、6年生12人の合計52人。受診した血液検査や尿検査の結果等を確認し、点数換算して状況を確認した。この点数が高いほど、リスクが高いということになる。4年生の結果としては、判定ポイント5点以下の児童が4人、判定ポイント6点以上10点未満の児童が8人、判定ポイント10点以上の児童が3人となっている。5年生、6年生の結果は、表のとおり。

(資料5) 児童健康教室について

本年度は、11月5日(日)午後1時30分から保健センターで実施した。対象者は、小学校4年生のうち、春の健康診断時に肥満度20パーセント以上で校医が必要性を指摘した児童192人で、学校をとおして案内を行った。参加人数は、児童18人とその保護者。参加児童の内訳としては、受診のおすすめが発行されていないか受診報告書の提出がない児童が16人、判定部会での判定ポイントが1点～5点の児童が1人、受診報告書に不備があり、判定ポイントの測定ができなかった児童が1人。実施内容は、最初に、身長、体重、腹囲の計測、肥満度の算定を行い、続いて、運動教室、医師面談、栄養相談を行った。身長体重の計測等は、高田委員に御協力いただいた。運動教室は、位高委員へお願いした。医師面談は、猪股委員、小西委員へ御協力いただいた。栄養相談は、小林委員と、平塚市学校栄養士会から4名の栄養士の方に御協力いただいた。

会 長：議題3に関して質問等あるか。

小西委員：学校医をやっているが、4年生の受診率が比較的高い。5・6年生になると減少傾向にある。定着した生活様式を変える等しなくてはならず、肥満を改善することは大変だが、1割から2割でも病院を受診し肥満を改善させようとする家族がいること、ある程度の効果が見えてきたことから、貴重な取り組みであると感じている。また、春に健診を受けて肥満を指摘され、夏ごろに病院を受診した方

の6割程度は改善している。そのため、意識的に行動し、病院を受診する方は比較的改善しやすい傾向にある。受診していない9割程度の方はその後が不明である。学年を追ってみてみると、4年生の時には120人程度肥満の方がいるが、6年生では100人台のため、1割から2割は改善していることが推測できる。肥満の改善は大変なことであるため地道に続けていくことが大切だと感じている。

会長：資料3-2のグラフにて、令和3年の4年生は、令和5年に6年生となっている。4年生の時、肥満の出現率が11.3%であり、6年生になった時も概ね変わらず11.0%となっている。コロナ禍以前のデータを見ても、4年生より6年生のほうが多少増加しているが、同じような推移をたどっているところもある。4年生のデータだけを見ると、過去2年コロナが終わってからの出現率が高いことが気になる。

会長：議題4に関して質問等あるか。なし

会長：議題5に関して質問等あるか。

宮川委員：児童健康教室の参加児童18名のうち1名が自身の友人であり、改善してほしいことや良かったことを聞かせてほしいと、事前に聞いてきた。

改善してほしいこと

- ・日にちが設定されているので、調整が大変だった。
- ・申し込み方法として、参加前提で案内を配布し、欠席時のみ連絡する方が良い。
- ・重度肥満と軽度肥満で同じ資料が配布されたため、自身の子どもがどちらにあてはまるのかが分からなかった。
- ・自身の学校に常駐している栄養士のほうが話しやすいため、各学校の栄養士が相談を担当してほしい。
- ・車で来所することが難しい方や送迎をしてもらえない方は保健センターに足を運ぶことが大変。地区の公民館や土日か平日の放課後の小学校の体育館が行きやすい。自転車で行ける範囲が良い。
- ・1年に1回ではなく、1年に2、3回継続的に見てもらいたい。
- ・参加するにあたり、朝昼夜の食事内容の記録をして、わざわざ出向くメリットが欲しい。参加したら、栄養補助食品や低糖質のおやつがもらえると嬉しい。面接をして話を聞くだけではあまり響かない。試食会のようなものでもないと、保健センターに出向こうと思うきっかけになる。試食があることにより、良いメニューや味つけを知ることができてより楽しい催しになると感じた。
- ・運動に関して、天気の関係はあるが、もし可能であれば校庭のような広いスペースで運動がしたかった。その点でも、小学校にて開催してほしいと思った。

良かったこと

- ・受診の勧めや、児童健康教室の催しやお知らせはありがたい。
- ・子どもの肥満について気になってはいるが、どうしても日常で目をつぶってしまいがちになるので良い。また、家で子どものことを話し合うきっかけになる。
- ・運動は楽しかったようで、喜んでいました。

会 長：ご意見ありがとうございます。

宮川委員：今回、話を聞いた友人は、あまり食事が得意ではないということもあると思うが、子どもの肥満が食事によるものか否かと思う部分があるため実際に試食を提示したほうが自身の課題と気づきが得られる。

会 長：食べ物を提供することはハードルが高いかもしれないが、説明だけではなく実際に体験できたらよい。

事務局：実現できる部分と難しい部分もあるかもしれないが、ご意見を今後活かしていきたいと思う。

宮川委員：各家庭によって、意識の違いはあるが、試食等のメリットがあると誘いやすい。何らかのワンポイントが欲しい、とのことだった。

会 長：ありがとうございました。他質問等あるか。なし。

6 巡回教室について（資料6）

市内幼稚園、保育所、認定こども園に希望を募り、保健師や管理栄養士が園に出向いて保護者や園児を対象に子どもの生活習慣病を防ぐための普及啓発に取り組んできた。コロナ禍の時には一時中断もあったが、令和4年度から再開した。令和5年度は、昨年度と同様に管理栄養士が希望園に出向き巡回教室を実施した。特に5歳児を対象として、教室を開催してきた。また、保護者向けには、保健師が作成した動画版視聴用QRコードをテキストに添付し情報提供と普及啓発を行った。資料6に記載した表に関しては、管理栄養士が希望を募り各園に出向いた内容と各園に配ったテキストに関する内容となっている。今回、令和5年9月から令和6年2月までの間にて希望園を募ったため、12月末現在の実施数となっています。1月、2月に実施するものは実施予定とのことで、数字には反映していない。管理栄養士が行った巡回教室では、エプロンシアターを用いた食べ物の働きや消化吸収について等クイズを用いた。保育所、幼稚園、認定こども園の順番で記載している。

会 長：質問等あるか。参加園児の数は、5歳児の数と同様ということか。

事務局：当日欠席した児もいるため、実際に話を聞いた児の数を記載している。配布テキストに関しては、在籍している5歳児全員に配っている。

会 長：他質問等あるか。なし。

7 令和6年度事業計画（案）について（資料7）（参考資料1）（参考資料2）

委員会を含めて事業は大きく分けて10事業ある。そのうち2つについて、来年度大きく変更したい。

1つはこの委員会。2回の内1回は7月に実施し、新たに委員になった方に本事業についての説明と、その年度の委員会までに実施した事業について報告を行っていた。2回目は、本日行っている委員会だが、1回目で報告できなかった年度の事業の報告と、次年度の事業案を検討している。毎年、年2回実施してきたが、本事業については30年以上実施してきた歴史があり、市の事業として根付いてきている。そのため、大きく検討する事案がほとんどなくなってきている現状にある。年2回に分けていた委員会を合体して年1回にし、年度の報告、次年度の事業案についての検討を一緒にできればと思っている。委員会を1回にした場合、新規委員の皆様にはこの対策事業についての説明を6月～7月に文書で送ることを考えている。

2つ目の変更点は、子どもの生活習慣病予防相談。（参考資料1）について、事業の概要のとおり、「5歳児肥満度調査（毎年）により肥満度15%以上の園児を対象に、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」という内容で、年1回、日程を決めて実施してき。今後は日程を決めずに既存の健康課の相談事業につなげるという方向に変更したいと考えている。

この方向性の根拠となった（参考資料1）の「2実績」は過去5年間の実績。令和3年度はコロナ禍で実施できていないため入っていない。

参加率の目標は対象児全体の15%。参加率を棒グラフで表しているが、毎年達成できていない。参加者の人数とスタッフの人数を折れ線グラフで表しているが両者が同じ、あるいはスタッフ数が上回っている年もある。

健康課には既存の相談が沢山ある。電話相談、育児相談、本事業とスタッフが全く同じ乳幼児ケアなど。対象の保護者には、肥満度の結果や啓発資料とともに保健センターへの相談案内のチラシを入れてお返しし、相談希望があった際は既存の相談につなげるといった方向にしたい。この方が保護者も相談しやすいのではないかと、というプラスの効果もあると考えている。

その他の事業は例年通り行っていく予定だが、裏面の関係者研修会については、8月～10月に実施予定で、現在内容について検討中。過去10回分の研修内容については（参考資料2）にまとめている。

会 長：委員会を年1回にすることに関して質問等はあるか。なし

会 長：変更点2点目の子どもの生活習慣病予防相談について、毎年日程を決めて開催していたものを中止し、健康課の既存の相談事業で対応するということに対して質問等はあるか。相談に従事している位高委員から意見をいただきたい。

位高委員：乳幼児ケアにも従事しているが、なかなか予定も合わない中で1回に集めるという事は難しいと感じている。そのため、乳幼児ケアを受け皿にしていくのは良いのではないかと考えている。今後は、乳ケアを受けた方や予防相談を受けた方の追跡が必要なのではないかと考えている。乳幼児ケアを受けている児の保護者は、意識が高く、将来改善している場合が多いのではないかと考えている。一方で、乳幼児ケアの対象ではなかった児が小学校4年生になった時に肥満が増加している等の予想をしていた。予防相談はなしでよいと思う。

会 長：毎年日程を決めて開催していた生活習慣病予防相談を中止して、健康から既存の相談事業に対応するという事で良いか。良い。

事 務 局：来年度の関係者研修会においてどういった内容が良いか意見をいただきたい。

位高委員：スポーツメンタルに関する内容は、関心が高い。例えば、子どもにどういった声掛けが効果的であるか、関わり方、ほめてあげられるように評価する等、心理学の観点から伝えられる。

事 務 局：ありがとうございます。

会 長：他質問等あるか。なし。

8 その他

特になし。

閉会

次回委員会は令和7年1月30日（木）午後を予定。

以 上