

平成30年度 第1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 平成30年7月26日（木）午後1時30分から2時30分まで
会 場 保健センター3階 会議室1・2
出席者 梅沢幸子委員、小西好文委員、松本文夫委員、鬼塚真由美委員、長山智子委員、
鈴木正行委員、高橋篤委員、山田菜緒委員、中島都委員、近藤朗委員
事務局：高橋健康・こども部長、磯部健康課長、萩尾健康づくり担当長、米山
主査、天瀬主査、河野主査、大木主任、田仲技師、山口技師、渋谷課
長代理、熊沢主任、和田主事
欠 席 清水智恵委員、小澤清一委員、高松真砂子委員、多胡真由美委員、牧野恵子委員

開会

委嘱状交付

健康・こども部長あいさつ

本委員会の所掌事項は、お手元にお配りさせていただいた「平塚市子どもの生活習慣病予防対策委員会規則」第2条にもあるように、「小児期における生活習慣病の予防対策の調査研究に関すること」、「実施計画に関すること」、「指導に関すること」になる。

本市では、平成28年度に「平塚市健康づくり推進条例」を制定し、大きな施策の一つとして「生活習慣病の重症化予防に関する施策」を取り上げている。また、平成27年度に策定した「平塚市健康増進計画（第2期）」でも、「生活習慣病の発症予防と重症化予防」、「ライフステージに応じた健康づくり」、「市民と行政との協働による地域の健康づくり」を基本方針として、生活習慣病の予防対策に重点をおいた市民の健康づくりに取り組んでいる。計画では、乳幼児期・学童・思春期世代では健康的な生活習慣を確立し、習慣化することが必要な時期として、「元気に楽しく身体を動かそう」「早寝・早起きをしよう」「3食をバランスよく食べよう」などといった健康行動を設定している。

まさにこの委員会で取り組んでいる内容が、健康増進計画の施策として大きな位置を占めている。

文部科学省が勧めている、「早寝、早起き、朝ごはん運動」に代表されるように、幼児、学童期の頃から正しい食事と生活リズムを身につけることができるよう、当委員会を通して、支援を実施していきたいと考えている。

それでは、本日は皆様方の、専門的な、またそれぞれのお立場から、忌憚のないご意見をいただき、ご審議くださいますよう、お願い申し上げます、私からの挨拶とする。

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。本日欠席の方は、平塚市PTA連絡協議会の清水委員、平塚市養護教諭研究会の高松委員、平塚市私立幼稚

園協会の小澤委員、平塚市立保育園長会の多胡委員、平塚市民間保育園連盟の牧野委員。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。

委員及び職員紹介

会長あいさつ

新たに委員となられた方もいて、事務局も新年度を向かえ変更があると思うので、自己紹介をお願いしたい。お手元の委員名簿の順にお願いする。

議題

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) 平成30年度事業計画について（資料2）

子どもの生活習慣病予防対策委員会は、平成5年度から発足して26年目を迎える長い活動となっている。

発足の経緯は、将来、生活習慣病につながる恐れのある肥満、高血圧などが子供たちに増加し、低年齢化がみられたため、平塚市医師会主導のもと2年間の準備期間を経て、平成5年度に委員会が設置され予防事業に取り組んできた。名称も「成人病」が「生活習慣病」に名称変更されたことに伴い、平成13年度に「子どもの生活習慣病予防対策委員会」に名称変更した。

事業は、幼児に対する取り組み、学童に対する取り組み、啓発活動の3本柱で取り組んでいる。生活習慣の基礎ができる幼児期に実施することが、学童肥満の予防にもつながるのではないかということで、幼児に対する取り組みが始まった。

幼児に対する取り組みの内容は肥満度調査、子どもの生活習慣病予防相談、幼稚園・保育園・こども園への巡回教室、5歳児家庭への生活実態調査がある。

5歳児肥満度調査は公立・私立幼稚園・保育園・こども園の協力のもと5歳児約2000人を対象に身体計測値をもとに実施し、結果を各園に返却している。小学校に上がる一歩手前で働きかけをすることが大切ということで5歳児を対象に実施している。肥満及び肥満傾向の園児に対しては、園を通じて保護者に伝えると同時に、フォローの一環である「子どもの生活習慣病予防相談」のチラシを配布し、参加を促している。

また、平成29年度から3歳児健診時の肥満対策強化を開始している。この対策については2月に予定している第2回の委員会で報告させていただく予定。

「子どもの生活習慣病予防相談」では、肥満度10パーセント以上の5歳児とその保護者を対象に、医師・保健師・管理栄養士が個別相談を実施している。

5歳児生活実態調査は、隔年実施で本年度は実施しない年。内容はアンケートを保護者に記入をしていただき、回収をして集計を出している。

続いて、啓発活動について説明する。

関係者研修会は、隔年で実施しており、本年度7月20日に実施。詳細については、報告事項の(6)で報告する。

各種啓発用リーフレット配布については、委員会当初からポスターやチラシなどの啓発活動を実施している。健診会場にもポスターを掲示し、待っている間に見ていただけるようにしている。また、平成25年5月からはホームページによる啓発も実施している。

続いて、資料2の平成30年度の事業計画について説明。

対策委員会は子どもの生活習慣病予防に関する各事業の報告及び検討を行っている。年2回の開催を予定しており、次回の第2回委員会は平成31年2月28日(木)を予定。

各事業実施の時期について、幼児向けの取り組みは、巡回教室は年間を通して実施している。5歳児の肥満度調査は5月に実施し、それ以外は、主に7月頃の実施になっている。学童向けの取り組みは主に6月から10月までの実施になっている。学童期に関する内容については、学務課から説明する。

学童期での肥満児童への取り組みは受診のおすすめの発行、児童判定部会、児童健康教室の3つ。

児童への受診のおすすめは、小学校4、5、6年生のうち、学校の定期健康診断で肥満度30パーセント以上かつ校医が受診勧奨の必要を認めた児童を対象に、6月上旬に発行している。今年度は、236人へ渡している。

児童判定部会は、受診のおすすめを持って医療機関を受診し、受診報告書が提出された児童の検査結果について検証、判定する部会となっている。開催は9月下旬に予定している。

児童健康教室は、小学校4年生で学校の定期健康診断で肥満度20パーセント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、医師、栄養士による個別相談、運動指導士による運動指導を実施している。10月下旬の日曜日の午後に保健センターで開催を予定している。

今年度は、150人に参加案内をお渡しする予定。

会長：今年初めて委員になられた方もいるので、説明させていただく。生活習慣病には、肥満対策を含めて、一次予防と二次予防がある。一次予防というのが、子供たち全員によい生活習慣を身につけることを進めている。二次予防は肥満になっている子供たちに対してさらに進んだ対策を行っている。これが混じっているので分かりにくい点もあるかもしれないので説明すると、巡回教室は全ての子供を対象にしているので、一次予防となる。5歳児肥満度調査・5歳児生活実態調査も調査部門。生活習慣病予防相談は、肥満になりかけている子供を対象としているので二次予防。学童の部門の受診のすすめは、肥満度30パーセント以上の児童が対象なので二次

予防。判定部会は判定を行うので二次予防。児童健康教室も二次予防。関係職種への研修会は、研修会。一次と二次が混ざっているので、整理しておきたい。

質問等あるか。質問なし。

(3) 5歳児肥満度調査について(資料3)

この調査は市内の5歳児の肥満の発生動向を把握することを目的とし、市内の幼稚園20園、保育園35園、こども園6園に4月17日に調査依頼をしている。調査対象は、市内幼稚園、保育園、こども園に在籍する5歳児で、今年度は、平成24年4月2日から平成25年4月1日までの間に生まれた子供。調査方法は各園での健康診断時の身長、体重を調査票に記入し、健康課に返送していただき、肥満度を算出し集計している。回収は5月15日までの期限で依頼をした全ての園から回答をいただいている。

調査対象数は合計1844名。なお、昨年度、認定こども園児は全て「幼稚園児の枠」で集計していたが、今年度から認定こども園の1認定号の園児は「幼稚園児」、2号認定の園児は「保育園児」として集計している。

P1の図1のグラフは、認定こども園の子供は全て「幼稚園児の枠」で集計した、平成29年度の幼稚園児と保育園児の割合のグラフ。図1の右側のグラフはこども園の園児を、1号認定(幼稚園児)と2号認定(保育園児)に分けて集計した、平成30年度の幼稚園児と保育園児の割合のグラフである。両者とも幼稚園児が約6割、保育園児が約4割という結果になった。集計結果は【表2】【表3】に示したとおり。

引き続き、今年度の結果について説明する。P2【図2】【図3】は同じ5歳児でも幼稚園と保育園の肥満の発生頻度に差があるかを見たグラフ。図2が幼稚園、図3が保育園。縦軸がその出現頻度をパーセンテージで表しており、横軸が各年度を示している。棒グラフの上の白色の部分は肥満ではなく、肥満傾向児と呼んでいる。これは肥満度10から15パーセント未満のいわば肥満の予備軍と言ってもいいグループ。下の色つきの部分が肥満のグループで、肥満度15パーセント以上の子。

幼稚園について見ると、過去の肥満児の最高は平成9年度の9.4パーセントで、その当時はほぼ10人に1人が肥満だった。その後肥満は順調に減少し、平成24年度で初めて5パーセントを下回り、27年度は4.1パーセントとこれまでの最低値を記録している。しかし28年度は6.6パーセントにまで増加したが、29年度は6.1パーセント、今年度は4.7パーセントまで減少している。一方、図3の保育園の動向は各年度を通して幼稚園よりも肥満度15パーセント以上の肥満が多く出ている。しかし29年度は幼稚園より0.8パーセント少なく5.3パーセントで、保育園児の肥満が幼稚園児のそれを下回っている事が昨年度の特徴だった。今年度は認定こども園の幼稚園児枠と保育園児枠と分けて集計しているが、肥満度は5.2パーセントと昨年より0.1パーセント減少しなおかつ幼稚園児の肥満度を上回っていた。

次に3ページの図3をご覧ください。これは、幼稚園、保育園全て含む5歳児全体について肥満、あるいは痩せの出現頻度をみたものである。棒グラフの白色の部分は、肥満傾向児で、下の色つきのグレーの部分が肥満度15パーセント以上の肥満以上のグループ。棒グラフのみでは一定の傾向がつかみづらいので、平成7年度から5年刻みで肥満以上の平均の出現率をみた（図の下の部分）。平成7年度から11年度までの最初の5年間の出現率が8.7パーセント、次の5年間の肥満の出現率が7.1パーセント、次の5年間で6.6パーセント、次の5年間で5.6パーセント、最近の2年間で5.7パーセントだった。このようにして見ると肥満が徐々に減ってきていることが分かる。また、折れ線グラフは、痩せ傾向および痩せの子供の動態である。最初は4パーセント前後からスタートし、その後、増減を繰り返しながら平成14年度から15年にかけて急増している。その後、徐々に増え続け今年度は9.3パーセントだった。

次の4ページの図5について説明する。図5は肥満度が20パーセントを超えている高度な肥満児についてその出現頻度を示したものである。幼児の肥満は、肥満度が15パーセントを超えた者だが、20パーセントを超えているとかなり本格的な肥満で、学童肥満につながる可能性が高くなる。図5を見ると折れ線グラフが2本あり、上が保育園、下が幼稚園と当初ははっきりと別れていた。その後徐々に両者の差が縮まり、平成28年度、29年度ではほとんど差がなくなっている。しかし今年度は両者がハッキリと別れ保育園児に高度肥満が多い結果となった。

図5の下部に示した5年ごとの集計で見ると、4.5パーセント、4.2パーセント、3.4パーセント、3.1パーセント、2.7パーセントと減少傾向を示している。

また、この5歳高度肥満児の調査では他市での調査がないため、学校保健統計調査と比較した（表4）。学校保健統計調査は、平成16年度から幼稚園に通う5歳児を対象として、全国約7万人のデータを集計したものである。合計で見ると、平塚市の幼稚園は全国平均に比べ男女共に今年度は下回った。保育園では毎年全国平均より男女共に上回っているが今年も男女共に上回っていた。

5ページの図5について説明する。図5の方はやせ傾向、すなわちやせてはいないが、細身である。肥満度でいうとマイナス10から15パーセント未満の子供を含め、やせ傾向・やせ・やせすぎの動向をみたものである。折れ線グラフが2つ並んでいるが、だいたい常に上になるのが幼稚園。幼稚園では、平成16年度から平成20年度にかけて増加傾向が目立つが、平成23年度以降は減少傾向を示している。今年度は再度10パーセント以上に増加している。5年ごとの平均値で出してみると、最初の5年間は5.3パーセント、その後6.0パーセント、8.0パーセント、7.8パーセント、8.1パーセントと増えている。

図7は本格的なやせで、肥満度マイナス15パーセント以上のやせすぎの子である。数の上でも非常に少なく、100人中1人か2人程度。この子供たちに対しては、1人1人、やせの背景が違うため、園や各家庭できっちりみていく必要があると考えられる。

会長：質問等あるか。

近藤委員： 詳細は今事務局からの報告どおりであるが、今年度の統計数字の中に、この統計をとり始めて以来、初めての数字が3ヶ所出てきているので、この点を追加させていただく。

第1は図3に示す、やせ群を示す折れ線グラフの位置に注目いただきたい。今年度は過去最高の位置にある。この原因は今年度の幼稚園のやせ率が10.8パーセントと過去最高を示した影響で、偶発的なものと考えられる。

第2は図5に示す幼稚園児の高度肥満の出現率が初めて2.0パーセント割り込んだ点である。

第3は、これを受けて表4に示すように幼稚園児の高度肥満の出現率が従来は全国平均と同じかやや上回っていたものが初めて全国学校保健統計の数字2.72パーセントを大きく下回り1.83パーセントを示した点である。

幼稚園5歳児で高度肥満出現率が、このように減少したことはやがて学童肥満の減少につながるものとして高く評価してよいと思う。

次に表4に示す5年毎の高度肥満度の減少と図6に示す5年毎のやせ児の増加を対比すると、この約20年間に平塚市の5歳児は、次第にスリム化しつつあることがうかがわれる。

(4) 子どもの生活習慣病予防相談について(資料4)

今年度は平成30年7月22日、日曜日の午後開催をした。対象は市内の幼稚園、保育園・認定こども園に所属している肥満度10パーセント以上の5歳児とその保護者。今年度は6組の親子の参加があり、そのうち4組が肥満傾向児、2組が高度肥満児の親子だった。相談内容は医科診察、運動体験、栄養相談、生活相談となっている。スタッフは医師が近藤先生、その他管理栄養士1名、保健師4名。子どもの生活習慣病予防相談の目標値は、肥満度10パーセント以上の対象者が5パーセント参加する、肥満度15パーセント以上の肥満児が15パーセント以上参加する、となっているが、今年度は目標値には至らなかった。全体を通しての評価として、参加者の割合について、今年度は肥満度10パーセント以上の肥満傾向児が2パーセント、肥満度15パーセント以上の肥満児以上の参加が2.2パーセントで、例年に比べてリスクの高い肥満児の参加割合が低下している。平成27年度より参加者の増加を目指す取り組みとして、肥満児に対して配布する身長体重曲線の肥満分類にラインマーカーを引く、園の先生にリスクの高い児の保護者へ直接の声かけを依頼するなどを行っている。2ページの図1のアンケート結果では、参加の理由として、「園の先生に言われて」が最も多く参加につながっていることがわかった。園の先生方には、引き続きのご協力をお願いしたい。参加者の特徴では、肥満の原因として

「間食が多い」こと、生活リズムの中ではテレビや動画の視聴、ゲームなどをして過ごす時間が長いことが目立った。参加者の中には、休日の中で1日トータルして6時間程度利用している児もいた。全体の運営では、医科診察、各相談の間も運動体験ができるように対象児、保護者に促しを行い待ち時間も有効に活用することができた。参加した児も保護者も楽しそうに取り組んでいた。参加してよかったことでは、2ページの図2のとおり、栄養相談、運動体験、医科診察の順に多くなっている。2ページ右下の取り組んでいきたいことでは、相談で体験した「運動」、おやつを冷凍フルールに替える等の「間食の見直し」等があがった。相談の満足度では、図3のとおり、参加者の約80パーセントが「大満足」または「満足」と回答しており、各種の相談が有益な内容であったと考える。参加者個別の問題点や助言内容は表1を参照。4名が助言終了、2名が乳幼児ケアでの経過観察、支援となっている。来年度の子どもの生活習慣病予防相談の日程について、今年度参加者数が減少したこと、アンケートの結果土曜日開催を希望する保護者の割合が高かったことを考慮し、土曜日の開催を検討していきたい。

会長：質問等あるか。質問なし。

(5) 巡回教室について（資料5-1・5-2）

資料5-1は、平成28年度から30年度の各園における巡回教室の開催状況をまとめたものである。二重丸が園児・保護者の実施、丸が園児のみ、四角が保護者のみ、ばつが希望なし、横線が連絡なしの園となる。

資料5-2は、実施状況を表している。今年度6月末時点の実施回数は市内の幼稚園、保育園、こども園合わせて22園で、実施回数は22回となっている。参加人数は保護者が90人、園児が967人、計1057人である。実施内容は、保護者向けとして小児科医または保健師の話、栄養士の実施し、園児向けには栄養士によるエプロンシアターと食品色分け体験を実施している。従事者は近藤医師と、健康課の保健師・栄養士である。実施状況の詳細は資料の表を参照していただきたい。表の見方は、日付・曜日・時間・園名ときており、その隣の対象というところは、年齢を示している。園児参加者数・保護者参加者数はそのまま、内容のアイウエに関しては、実施内容のアイウエが該当する。

黒部丘幼稚園の備考に園児のみと記載してあるのは、7月に保護者向けの巡回教室を実施したため区別するために記載した。保護者向けに実施した巡回教室にご参加いただいた方のアンケート結果を見ると、生活リズムや食生活の再確認ができたという方が多く見られた。また、睡眠の過不足の判断方法を保護者に伝えることで「睡眠時間をもっと増やしてあげたい」という感想もでてきており、改善のきっかけになったと考えている。引き続き良い生活習慣等について周知していきたい。食事に関する話では、朝食のメニュー等を紹介し「やってみたい」という感想が多かった。

巡回教室は、4月で申し込みの締め切りをしているが、希望があれば可能な限り対応さ

せていただきたい。

会長：質問等あるか。質問なし。

(6) 子どもの生活習慣病予防のための研修会について（資料6）

「子どもの生活習慣病予防のための研修会」について事務局より報告。

平成30年7月20日14時から16時まで、平塚市保健センターで子どもの生活習慣病予防のための研修会を実施。昨年度2月に実施した委員会で、今後の研修会について相談させていただいた際に、内部講師で今後も研修を進めていく、という話になったので、今年度講師は梅沢幸子医師・近藤朗医師・小西好文医師に依頼をした。テーマは「小児科医師と考える子どもの肥満」。33名の参加があった。

今回は第1部で子どもの生活習慣病対策委員会の概要及び幼児期・学童期の取組や調査結果について情報提供し、第2部では医師3人と栄養士によるシンポジウム形式を実施。

当初参加者とシンポジストによる質疑応答ができるよう想定していたが、実際は事前の申込書で質問があがることはなかったため、事前に梅沢先生・小西先生・近藤先生・河野主査によくある質問や課題を選定してもらい、それぞれに講話をしてもらう形となった。

先生方の講話の中では、肥満に関する最新情報や、肥満だけでなく生活習慣に関わる今日の課題等についても話をさせていただいたため、参加者たちの参考になったようであった。しかし、中には他園の取組や、これまでの成功例や失敗例等についても聞きたかったという意見も見られ、参加者同士の情報交換の場があってもよかったかもしれない。その他については資料をご覧ください。

研修会の日程については、このままで良いが78パーセントであり、具体的な時期についても7月の中旬や下旬等であり、研修会自体の実施時期は7月が参加しやすいようであった。時間帯に関しても、午後から夕方あたりが参加しやすいようであった。次回は平成32年度の開催予定である。

今回、参加者の多くが保育園の先生方であり、幼稚園は5園しか申し込みがなかった。夏休み直前の日程なので、参加が難しいという園もあったため、時期については次回再度検討していきたい。

会長：この件について質疑、意見はあるか。実際に参加された先生方はいかがか。

高橋委員：小学校から質問ですが、小学校8名というのは養護教諭でよいか。

山田委員：栄養教諭も参加している。

高橋委員：20日が小学校の終わりの日なので、学校の体制としては出るのが難しい日だった。この近辺で構わないが、最終日は人数的に出にくい状況になってしまうので、参考にさせていただきたい。

事務局：幼稚園も最終日は出られないという意見があったので、次回は7月に開催

するにしても時期は検討したい。

高橋委員：7月末頃なら大丈夫だと思う。最終日が外れば大丈夫。

その他に質問等あるか。ないようなので本日の議題はすべて終了した。

2. その他

会長：幼児肥満の分類について検討していただきたい。小児肥満の分類は小児内分泌学会の分類や、小児肥満症ガイドラインでは、15パーセント以上20パーセント未満が太り気味、20パーセント以上30パーセント未満がやや太りすぎ、30パーセント以上が太りすぎ、としている。(平塚市が)「肥満」や「高度肥満」と分類している根拠はあるか。

今回の研修会の後、茅ヶ崎のこともよく知っている参加者から、「普通幼児肥満は15パーセント以上としているが、平塚は10パーセントとして独自の判定を行っているのか」という質問を受けた。これまで従来の方法に従っていたが、判定の根拠を教えていただきたい。

近藤委員：幼児の肥満は肥満度15パーセント以上、学童は20パーセント以上と決まっている。あとは肥満の程度を、どう区分しどう呼ぶかにかかっている。保護者にとっての印象は「肥満」より「太り気味」とか「太り過ぎ」の方が分かりやすいかもしれない。また、現在肥満ではない肥満度(10パーセントから15パーセント未満)の児に対し用いてきた「肥満傾向児」という表現は、まぎらわしく、この際変えた方がよいだろう。この肥満傾向児は肥満に至る可能性の高い予備軍として分類したものである。

事務局：平塚市で調査をしている5歳児肥満度調査の判定基準は、近藤先生と相談しながら平成7年度からプラス10パーセントから15パーセント未満が肥満傾向、これから肥満になるかもしれないという意味で基準を決めていた。研修を通して外部の先生から御意見があったということであれば、今までの調査はこの基準で調査しているが、来年度からの調査に関しては、先生方の知恵を貸していただきながら相談して検討していきたい。

小西委員：肥満か肥満でないかということは明確にしておくべき。その名称も平塚市独自というよりは、標準的な名称に変えるべきだと思うので、確認しながら作業を進められれば良いと思う。

会長：予防相談に声をかける年長児たちを肥満度10パーセント以上としているが、最近

の保護者はネット等を通じて知識が豊富なので、「うちの子は肥満でもないのに呼び出されているのはなぜか」という考えを持たれても不思議ではないと思う。そういう方たちが来所しても満足しないのも分かる。そのようなことを含め全般の幼児対策の見直しが求められることになるかもしれないので、検討をお願いしたい。

その他に質問等あるか。なし。

次回委員会は平成31年2月28日（木）午後を予定。

以 上