

# 学童期からの生活習慣病予防事業

## 報告書概要

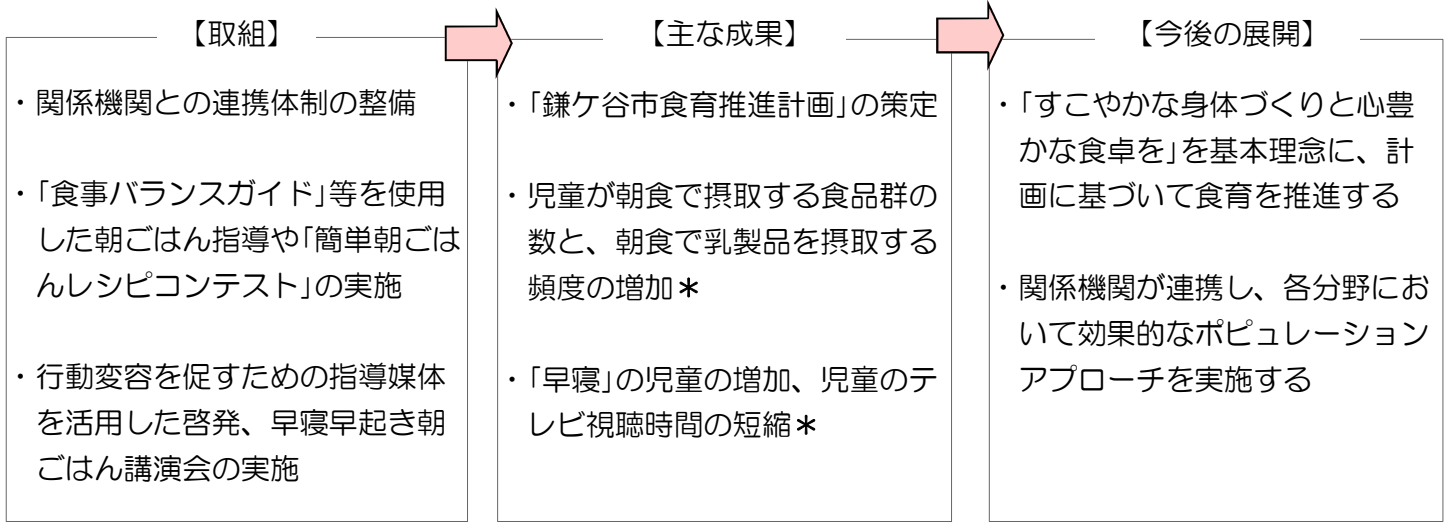
(平成20年度～平成22年度)



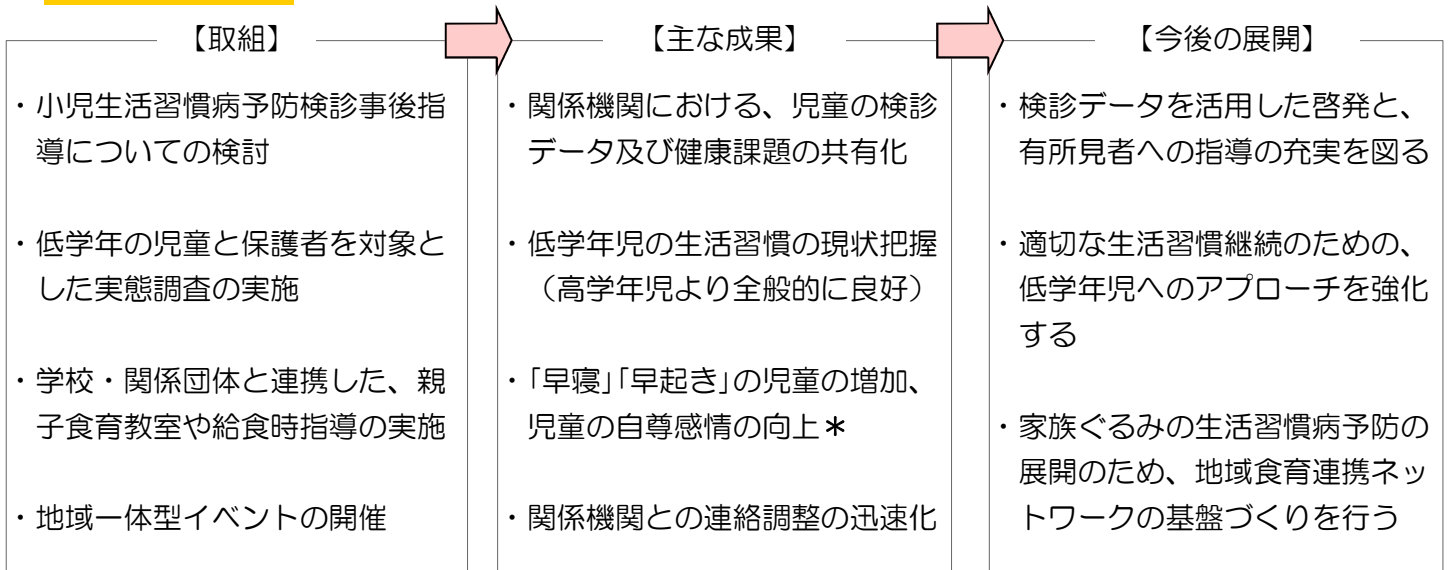
千葉県

# 学童期からの生活習慣病予防事業（平成20年度～平成22年度） ～各市の取組・主な成果・今後の展開の概要～

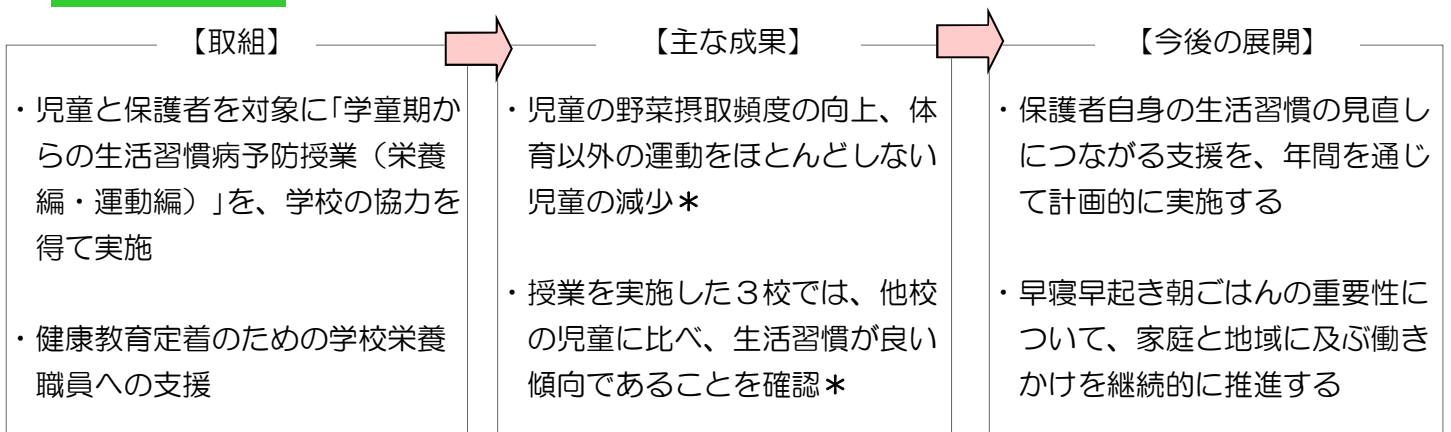
## 鎌ケ谷市



## 鴨川市



## 木更津市



\*平成20及び22年度「子どもと保護者等の健康実態調査」結果より

# 学童期からの生活習慣病予防事業（平成20年度～平成22年度） ～「児童と保護者等の健康実態調査」「保健環境調査」の結果概要～

## 児童と保護者等の健康実態調査

### 平成20年度調査結果

- 「早寝早起き朝ごはん」が3つともできている児童は、できていない児童と比較して、肥満度が低かった。
- 「早寝早起き朝ごはん」が3つともできている児童は、できていない児童と比較して、他の生活習慣も良好で、精神的に安定しており、自尊感情も高かった。
- 肥満傾向児では、就寝時間と起床時間が遅く、夜型の生活傾向があった。また、テレビの視聴時間が長く、体育以外で運動をしている割合も低かった。
- 保護者の生活習慣と児童の生活習慣の関連は強く、朝食の摂取頻度、ファストフードの摂取頻度、野菜の摂取頻度等について相関があった。

### 平成20年度及び22年度調査結果の比較

- 「早寝早起き朝ごはん」が3つともできている割合は、3市とも増加していた。
- 全体として、テレビの視聴時間が減少し、睡眠時間が増加傾向を示しており、児童の生活習慣が望ましい方向に変化したことがうかがわれた。
- 朝食の摂取頻度には大きな変化がなかったが、一部地域では朝食で摂取した食品群の数が増加しており、朝食の内容が改善したことがうかがわれた。

### 平成22年度調査結果

- ポピュレーションアプローチの1つとして配布したリーフレットについて、見た保護者と見なかった保護者を比較すると、「しっかり運動、早寝早起き朝ごはん」について、3市ともリーフレットを見た群の方が見なかった群よりも実施頻度が高く、リーフレットが保護者から児童への働きかけのきっかけとなった可能性が考えられた。
- 保護者が児童とともに運動やスポーツをよく実施しているほど、児童が運動好きな割合が高く、体育以外で運動している頻度も高く、運動習慣についても、保護者と児童の間には相関があった。

## 保健環境調査

- 児童の健康上の課題としては、養護教諭・担任教諭ともに「生活習慣や生活リズム」をあげた先生が最も多かった。
- 児童の望ましい生活リズムの獲得については、担任教諭の約6割が「全面的に家庭・地域」又は「主に家庭・地域」で指導すべきと考えていた。一方、児童が体を動かすことについては、担任教諭の約3割が「主に学校」、約7割が「学校と家庭・地域双方」で指導すべきと考えていた。
- 約半数の学校で肥満傾向児や血液検査の有所見児等に対して保健指導を行っていたが、家庭との関わり方について困難を感じている養護教諭も多く、行政へ望む支援としては、「ハイリスク児へのフォロー」をあげた先生が最も多かった。

# 学童期からの生活習慣病予防事業（平成20年度～平成22年度）

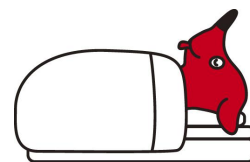
## ～事業評価・今後の課題の概要～

### 事業の評価

- 3年間にわたる本モデル事業を通じて、保健担当部門と教育部門の連携体制が構築され、モデル事業終了後も協働して継続的なポピュレーションアプローチ等を実施するための仕組み作りができた。
- 県内複数の地域で実態調査を行った結果、いずれの地域でも、「早寝早起朝ごはん」ができていない児童は肥満が少なく、他の生活習慣も良好で精神的に安定している等の結果が得られた。このことにより、児童の生活習慣病予防の目標が明確化した。
- 各市が実施したポピュレーションアプローチの内容は、独自の工夫をこらして地域の課題に対応したものが多く、その取組に応じた成果が得られた。



しっかり運動



早ね



早おき



朝ごはん

### 今後の課題

- 児童の生活習慣を改善するためには、保護者の生活習慣改善を促すことが大きな課題である。学校での啓発行事に参加しにくい、就業中の保護者に対しては、事業所等の協力を得て、啓発情報を職場に直接提供するなど、アプローチの手法を拡げる。
- 運動に関する啓発を推進するため、「体を活発に動かして楽しく遊ぶ」ことを促進しながら、効果的なアプローチを検討・実施していく。また、「歯の健康」の啓発も一層推進する。
- 県全体として児童の生活習慣病予防を推進するため、モデル地区以外の市町村に対し、児童の生活習慣改善に取り組むよう働きかけるとともに、先進的な市町村の事例を参考にしながら、より良い事業モデルを構築し、各市町村に普及する。
- 県民の健康増進に取り組んでいる各種団体等と連携し、学童期からの生活習慣病予防を県民運動に高めていく。
- 学童期からの生活習慣病予防を基軸に、幅広い年齢層の生活習慣病予防を推進し、生涯を通じた健康づくりに発展させていく。