

# 食育しんち

子どもたちの健やかな成長を願って

新地町教育委員会

## 1 新地町の肥満傾向児の割合(※)

令和4年度学校保健統計の結果が公表されました。この結果のうち、本町児童生徒の大きな課題となっている「肥満傾向児の出現率」について、新地町の状況と比較してみました。

なお、新地町のデータは令和5年度のものととなります。

	全 国	新 地 町
小学校 男子	11.3%	12.6%
小学校 女子	8.6%	16.0%
小学校 男女	9.95%	14.2%
中学校 男子	12.4%	18.1%
中学校 女子	8.7%	15.7%
中学校 男女	10.55%	16.9%

### 【小学生について】

全国では男女とも1年の出現率が5%台ですが、これが学年とともに高くなり、男子では5年が一番高く15%になります。

女子では6年が一番高く10.5%です。

本町の小学生男子では5年が20.5%となり、全国と同じく高い傾向にあります。

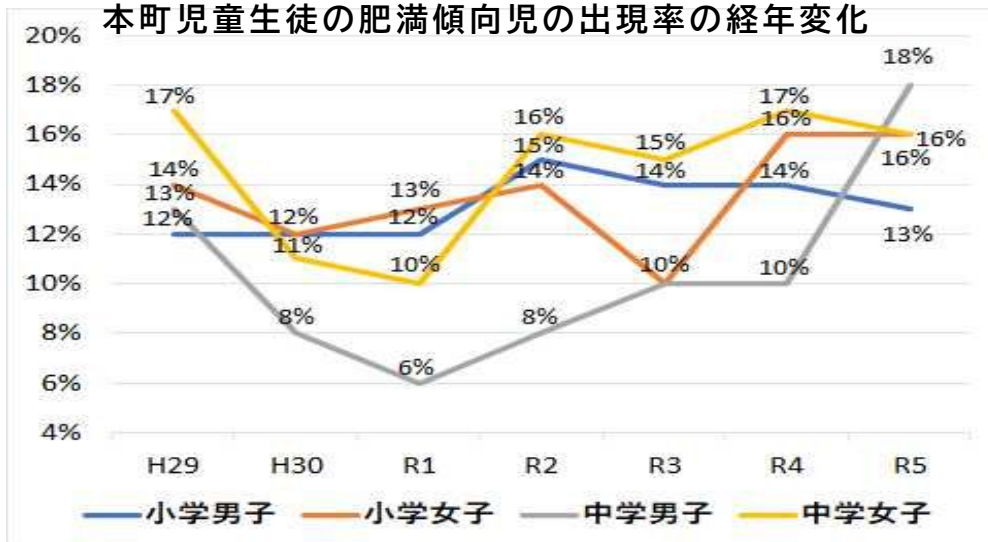
女子では3年が25%、6年が22%で全国平均を上回ります。




### 【中学生について】

全国では、男子は1年～3年いずれの学年も10%を上回ります。一方、女子ではいずれの学年も10%を下回り、3年では7%台になります。また、女子では3学年とも痩身傾向児の割合が3%を超えています。

本町の中学生では学年によってばらつきが見られます。2年男子では肥満傾向児出現率が7.2%と全国平均を下回りますが、1年男子では29%となり、全国平均を上回ります。女子では、どの学年も全国平均を上回り、学年があがるにつれ肥満傾向児の出現率が高くなっています。

本町児童生徒の肥満傾向児の出現率の経年変化



軽度肥満	中等度肥満	高度肥満
肥満度20%以上 ～30%未満	肥満度30%以上 ～50%未満	肥満度50%以上
		
20%を超えると <b>肥満</b> と判定されます。取組次第では、肥満度の増加を防ぐことが出来ます。早いうちに <b>肥満改善の意識付け</b> をしましょう。	この段階では、まだ運動に差し支えない程度ですが、 <b>体に負担</b> がかかっています。放っておくと年齢が高くなるとともに <b>病気が現れる危険</b> が大きくなります。	階段を上った時に息を切らすなど、少しの運動でもつらそうなきがさをします。この段階になると <b>病院での治療</b> を行う必要があります。
【この表については、福島県教育委員会より使用許諾を頂いております。】		

医療法人仁寿会 菊池医院 管理栄養士 高橋千春作成

全国的には、肥満傾向児の割合は男女ともに小学校高学年が最も高く、特に男子は8歳以降1割を超えています。肥満傾向の子どもの割合が、令和4年度は小中学生の多くの学年で最も高くなったことが分かり、調査した文部科学省は新型コロナの影響による運動量の減少などが要因にあるとみています。

子どもの肥満は主に肥満度というものを使って評価します。肥満度は身長別標準体重に対して実測体重が何%上回っているかを示すもので下記の式で計算されます。

$$\text{肥満度} = (\text{実測体重} - \text{身長別標準体重}) / \text{身長別標準体重} \times 100 (\%)$$

児童生徒では肥満度20%以上を軽度肥満、30%以上を中等度肥満、50%以上を高度肥満としています。

こうした現状を踏まえて、生涯にわたる健康マネジメント能力の育成を図るべく新地町地域学校保健委員会を2月7日(水)に改善センターで開催しました。新地町の小中学生が抱える健康課題について、今年度の実践報告・質疑応答の後、学校医の皆さんを含む顧問の皆さまから、肥満・減塩対策が急務であるとの視点から、以下のご指導を頂きました。

- 小中学校で良い取組をしているが、大人になるにつれて、意識が薄まり生活習慣病につながっている。
- 肥満については小学校から大人まで継続した指導が大切である。
- ジュース類に含まれている糖分の量を角砂糖で表してみると、飲み過ぎない意識が高まる。併せて推奨されている塩分摂取量を各家庭でも気をつけるべき。
- 3歳児検診でも2時間を超えるメディア利用が目立ってきた。保護者として気をつけたい。
- 11時まで起きている5・6歳児もいる。大人も遅い時間までスマホ利用していることから、子どもたちが引きずられている面もあるのではないかな。