

子どもの健康と環境に関する全国調査

のびのび

VOL.7

2019年11月1日発行

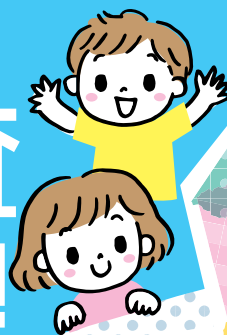


作:みなみちゃん

のべチルNEWS

小学2年生対象の

学童期検査 はじまりました!



ご協力
いただいた方には
御礼として
**QUOカード
(4000円分)**
を差し上げます!

エコチル調査では、お子様と直接お会いしてより詳しく調査する『学童期検査』を小学2年生時に実施することとなりました!

対象者は?

『エコチル調査』参加者で小学2年生になるお子様全員(対象時期になりましたらお誕生日順に随時ご案内をお送りします。)

※『詳細調査』へご参加いただいている皆様につきましては、8歳時に同様の検査を予定しておりますので『学童期検査』のご案内はございません。予めご了承ください。

どこで?

延岡市役所2F
延岡市保健センター

いつから?

2019年7月から月2回程度
(主に土・日・祝)随時実施中!

必ず参加しないと いけないの?

任意参加となりますが、学童期検査はエコチル調査においてとても大切な検査です。ぜひご参加をお願いいたします! 案内が届きましたら返信ハガキをご返送ください!

(ご協力いただけない場合でも不利益になることは一切ありません。)

どんな検査をするの?

所要時間は1時間程度

採尿

当日朝、自宅採取の上ご持参いただきます。

※検査結果は返却されません。



身体測定

身長や体重、筋肉量や脂肪量を測定します。



発達検査

パソコンを使い、指先の動きや集中力を測ります。

※検査結果は返却されません。



ご案内を始めて5ヶ月、ただいま続々とたくさんの方にご協力いただいております! 普段、皆様にお会いできる機会がなかなか無いため、この学童期検査という機会を通して皆様とお会いできますことをスタッフ一同心より楽しみにしております!

エコチル調査でわかってきたこと

この結果は、2019年9月13日時点の回答に基づくデータクリーニング前の暫定的な結果です。質問票の返送数は、

2歳:1619件 3歳:1630件 4歳:1527件 5歳:1384件
5歳6カ月:1173件 6歳:914件 7歳:474件 でした。
(数値は小数点以下四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります。)

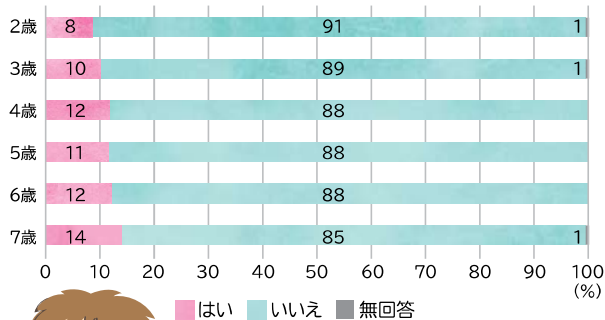
子どもの肌 編

年齢別エコチル Kid's

2019年9月末時点

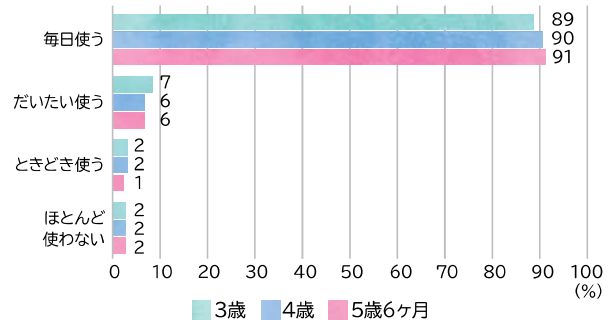
4歳	8人
5歳	590人
6歳	528人
7歳	570人
8歳	80人

お子さんは今までにアトピー(アトピー性皮膚炎)になったことがありますか?



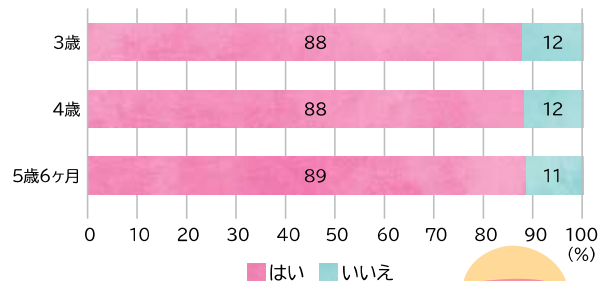
年齢とともにアトピー性皮膚炎になったことがある子どもが少しずつ増えているようです。

お風呂やシャワーの時に石けん(液体せっけんを含む)を使いますか?



年齢に関係なく、約9割のお子さんが入浴時には石けんを毎日使っているようです。ときどき使う、ほとんど使わないと答えた方は5%未満でした。

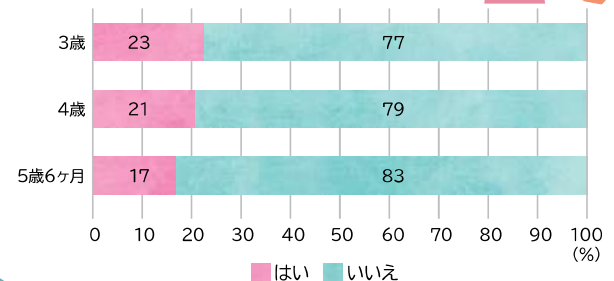
夏に外で遊ぶ時、帽子をかぶっていることが多かったですか?



年齢に関係なく、約9割のお子さんが夏に外で遊ぶ時は帽子を着用していました。



夏に日焼け止めを使うことが多かったですか?



年齢が上がるにつれ、日焼け止めを使用している割合が減っていました。



皆様からいただいた貴重なデータが、未来の子どもたちの為の研究にとっても重要となります! 今後も引き続きご協力をよろしくお願いいたします!

エコチル

Information

質問票の封筒が変わります!!



質問票をお届けする封筒のデザインが変わりました。今後はこの封筒にて質問票をお送りいたしますので、届きましたらご記入とご返送をよろしくお願いいたします。

この封筒のデザインについて

エコチル調査がはじまり9年目となり、エコチルキッズの成長とともにのべちるちゃんも大きくなりました。調査の目的である「未来の子ども達が安心して過ごせる環境」を宮崎の太陽と木々で表現し、そのような未来の実現への想いを込めて作成しました。

乳歯調査の返信ハガキは投函されましたか?



お子さまが10歳(小学4年生)になった時に抜けた乳歯(2本)をご提供いただき、化学物質の分析をする調査です。3月末頃ご自宅に案内をお送りしております。協力の有無についてご回答いただき、ハガキ部分の返送をお願いいたします。お手元ない場合はお送りできますので、事務局までご連絡ください。

子どもの肌を トラブルから守る

多くの患者さんが悩みを抱えるアトピー性皮膚炎、そして、お肌の大敵、南国宮崎ならではの強い紫外線についての疑問と対策について伺いました。

宮崎大学医学部
感覚運動医学講座
皮膚科学分野

天野 正宏 教授



基本はスキンケアと保湿

アトピー性皮膚炎



皮膚疾患のなかでも罹患者数が多いアトピー性皮膚炎は、肌を乾燥させないことが大切です。



Q1 これから冬にかけてアトピー性皮膚炎の患者が
気をつけるべきことはありますか？

A どの季節でも言えることですが、肌を乾燥させないことが大切です。そのためにも入浴の際は以下のことに気を付けてください。

- シャワーだけで済ますのではなく、浴槽に浸かった方が角層に水分が保たれやすいのでおすすめです。
- 熱すぎるお湯は肌への刺激が強いのでぬるめに。
- 入浴後はすぐにやわらかいタオルで水分を拭き、保湿剤を塗りましょう。そのまま自然乾燥すると角層の水分まで逃げてしまい、肌が乾燥してしまいます。
- タオルはなるべくやわらかいものを。柔軟剤の成分に肌が負けることがあるので、洗濯の際にしっかりとすすいでおきましょう。
- 体を洗う際にナイロンタオルを使うと、せっかくの肌のバリアをそぎ落としてしまうので避けましょう。私の患者さんには、手足と陰部以外は、週に1回石けんで洗い、それ以外は流すだけでいいですよと伝えています。

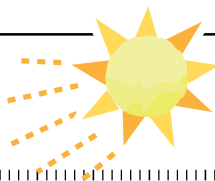
Q2 ステロイドを処方されたのですが、子どもに使っても問題ないですか？

A かつては、ステロイド忌避(きひ)のような風潮があり、今でも良いイメージをお持ちでない方も多いのですが、ステロイドを肌に塗るのがアトピー性皮膚炎治療の基本です。ステロイドには5段階の強さがあり、皮膚の状態や年齢、部位などを考慮に入れて処方していますので安心して使用してください。

Q3 新しい治療法は開発されているのですか？

A 昨年から新しい抗体医薬が使えるようになりました。現在のところ15歳以上が対象なのですが、2週間に1度、この新薬を注射することで症状が大きく改善されます。今後も抗体をブロックする新薬が次々と開発されていきますので、難治性のアトピーをお持ちの患者さんも期待を持っていただければと思います。

日焼け止めでしっかりブロック 紫外線



南国宮崎の紫外線の強さは全国でも指折り。子どもの頃からしっかりと予防しておきましょう。

Q1 子どもの頃に紫外線をたくさん浴びるとどのような影響がありますか？

A オーストラリアに移住した10歳未満の子どもの調査から、皮膚がんになりやすいというデータが出ています。したがって、何の対策もせずに長時間日差しに当たることは避けた方がよいでしょう。

Q2 日光を浴びることでビタミンDが作られると聞きました。ある程度の紫外線は浴びた方がいいのでしょうか？

A 必須栄養素であるビタミンDは日光に当たることで作られることから、かつては日光浴が推奨されていました。しかし、食料環境が良くなった現代では、食事からも十分に摂取することができるので、無理に紫外線を浴びる必要はないでしょう。

Q3 日焼け止めについて。SPFが大きいものは肌に良くないといわれていますが、子どもには使わない方がよいですか？

A SPFの値は何も塗っていない肌に対して何倍の紫外線に絶えられるかを表しています。以前は紫外線吸収剤を使った日焼け止めが主流で、かぶれを起こしやすかったのですが、現在では皮膚炎を起こしにくい散乱剤を使ったものが主流になっています。ですので、紫外線の多い季節や昼間の時間帯に長時間外出する場合には、子どもであってもSPF50+のものを使うのがよいでしょう。



Event Report



2019.6.30

工作教室を開催いたしました!

お子様に人気の工作教室を酒井美由紀先生を講師にお招きし、作って♪遊んで♪楽しめる♪をテーマに「万華鏡」を親子で作ってもらいました。紙粘土で自由に色や形を作ってもらい、オリジナルの万華鏡ができていました。万華鏡の中に広がるきれいな世界にとっても楽しそうなお子様さまで! そんな様子を見ることができてスタッフもうれしく思いました。



2019.6.30

ハーバリウム教室を開催いたしました!

大好評につき3回目の開催となりました。今回も江藤千春先生のご指導の下、色とりどりの花材の中から好きなものを選んでもらい、瓶の中に詰めて作品を作ってもらいました。季節柄涼し気な色や素材の花を使った作品が多かったように思います。ハーバリウムというと女性向けと思いがちですが、お父様や男の子のお子様も真剣に、楽しそうに制作されていて、とても素敵な作品が仕上がっていました。作品を眺めて楽しかったこの日の事を思い出していただければと思います。

エコチル調査のイベントを通して今回のように親子の触れ合いの時間になりましたら幸いです。

みんなの のベチルちゃん 募集

メールで
かんたん投稿

エコチル調査宮崎サブユニットセンターのキャラクター「のべチルちゃん」に色を塗ったりお洋服を着せたりして、かわいく素敵に変身させて投稿してね♪
作品は、全てホームページで紹介されるよ♪キミの「オリジナルのべチルちゃん」が次号に登場するかも?

投稿方法

- 1 右の台紙又は、エコチル調査宮崎サブユニットセンターのホームページよりダウンロードした用紙をご利用ください。
- 2 下記【必要事項】を入力し、作品を撮影した画像を添付の上、メールにて投稿してください!

必要事項

- 【件名】「のべチルちゃん」
- 【本文】 エコチルにご参加の保護者様とお子様のお名前

応募先メール

nobechil@med.miyazaki-u.ac.jp

QRコードで
簡単
メール作成!



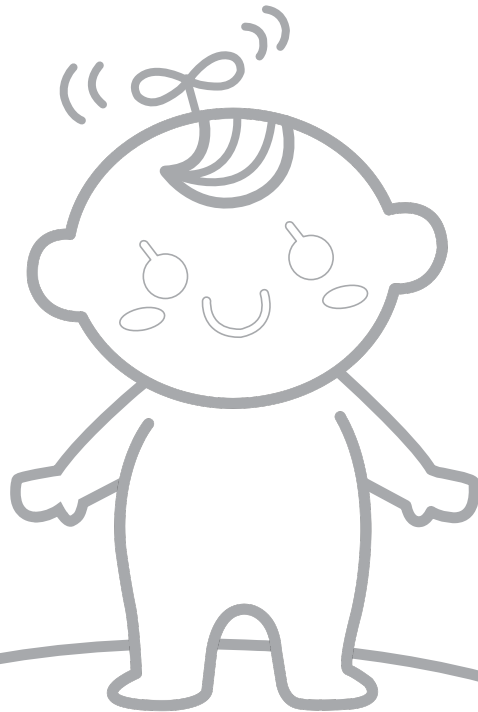
(見本)

ニックネームと
年齢を書いてね♡



※いただいた情報は「のべチルNews」とHP及び新聞広告への掲載のみに使用いたします

みんなの のべチルちゃん



〈ニックネーム〉

(歳)