

見直して生活全般を！



平成9年度から始まり、すくすく5歳児健康診査も5年目を迎え、今まで540人の子どもたちが血液検査等を受けました。平成13年度の結果と併せて表1にまとめましたのでご覧ください。表1のとおり、平成13年度は生活習慣病予備軍と思われる子どもたちが30・7%と過去5年間で一番よい結果でした。しかし、群馬県立小児医療センターの同様の検査と比較して、まだまだ異常の出現率が高く、特に、中性脂肪、総コレステロール、動脈硬化指数の異常者が多く、今まで同様高脂血症の予防が急務と考えられます。

生活状況調査から分かった異常のない標準群の子どもたちと、一つでも異常があった問題群の子どもたちの生活の違いは**グラフ1**を見ても分かるように、おやつはスナック菓子やおかし、せんべいを好んで食べ、果物を摂取する割合は少ない。**グラフ2**からは、魚類、肉類、野菜類は共によく食べてい

(表1)

平成13年度と過去5年間の血液検査等結果

項目	明和町		小児医療センター
	平成13年度	過去5年間	
検査実施人数	101人	540人	1061人
一つでも異常を認めた者	30.7%	36.7%	24.5%
肥満度 20%以上	5.9%	6.1%	8.1%
収縮期血圧 130mmHg以上	0.99%	0.21%	0%
総コレステロール 200mg/dl以上	7.9%	9.7%	6.0%
総コレステロール 110mg/dl未満	0%	0.21%	-
HDLコレステロール 40mg/dl未満	12.9%	10.7%	-
中性脂肪 150mg/dl以上	14.9%	15.9%	7.4%
動脈硬化指数 3.0以上	11.9%	13.9%	5.7%

るものの割合が少なく、特に野菜は嫌って食べない子どもが標準群の2倍以上あり、果物の摂取量も少ないことから慢性的な食物繊維とビタミン不足による高脂血症が考えられます。

今回グラフ掲載はしていませんが、毎日飲む飲み物では双方とも麦茶が8割以上ですが、問題群で

は標準群に比べ、牛乳の摂取率が低く、ジュース等の摂取率が高い。遊びの傾向は、ままごとや本読みなど家の中で遊ぶ割合が多く、体の動かし方は「活発な方」の回答が少ない。生活のリズムの中でも起床時間が遅い割合が多いなど、生活全般を見直すことが必要だと考えられます。

グラフ1 おやつの内容

