



子どもの検診結果から、 家族の生活習慣を考える

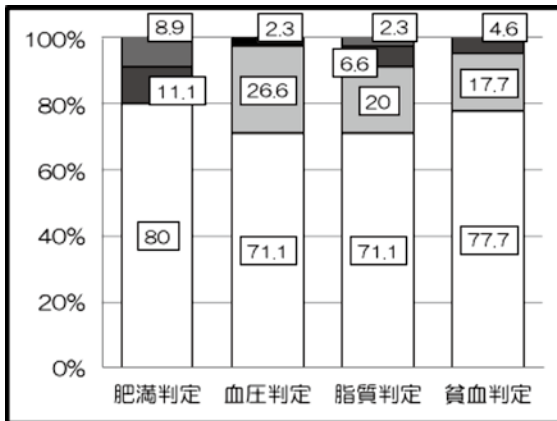


—平成28年度小児生活習慣病予防検診結果報告—

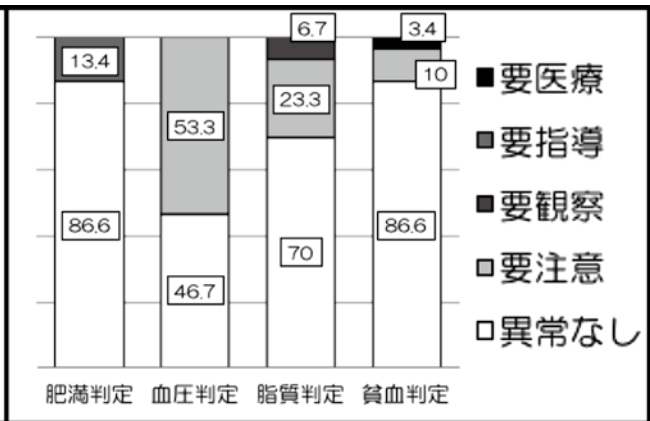
今年度も飛島学園6年生・9年生の希望者に対して、小児生活習慣病予防検診を実施しました。

子どもの頃からの生活習慣の積み重ねは、将来の健康に影響を与える可能性があります。また家族の生活習慣は似ていることもあるため、今回の検診結果をきっかけとして子どもだけでなく、家族全体で生活習慣について考えることが必要です。

●飛島学園6年生の結果



●飛島学園9年生の結果



- 肥満傾向：6年生で11.1%が要観察、8.9%が要指導
9年生で13.4%が要指導

成長期で身長が伸びることや部活動などで体を動かすことで改善される場合があります。バランスの良い食事と運動を心がけましょう。

- 血圧：6年生で26.6%が要注意、2.3%が要医療
9年生で半数以上が要注意

- 脂質：6年生、9年生ともに約30%が要注意以上

食事量は少なくともお菓子類や脂質が多く含まれる物を食べることが多いと、血液中の脂質が増加します。食事内容を見直すことが大切です。

- 貧血：6年生で4.6%が要観察、9年生で3.4%が要医療

成長期を迎える子どもたちの身体は、今後大きく変化していくため、肥満等は成長に伴い改善される場合もあります。しかし偏った食事や運動不足などの生活習慣を続けていくと、大人になった時に生活習慣病を引き起こす可能性が高くなります。

子どもたちは今の生活習慣が自分自身の今後の健康に影響することを知り、家族全体で生活習慣を見直し改善することを心がけましょう。