

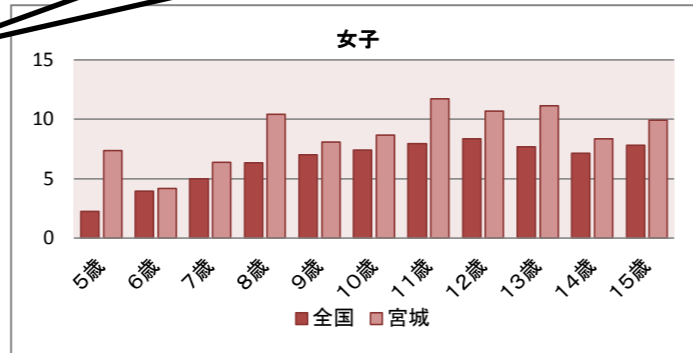
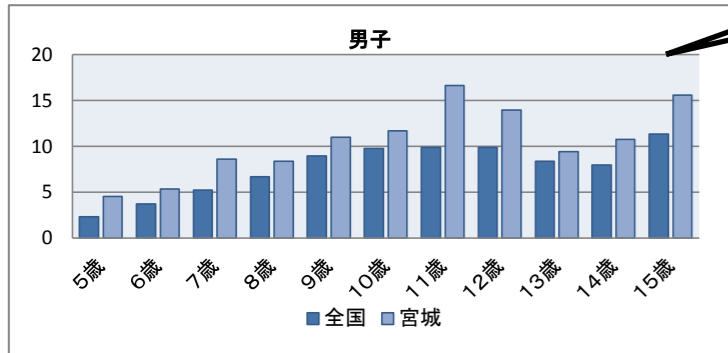
南三陸管内の子どもたちの肥満の現状

1 肥満の状況（肥満度20%以上）宮城県と全国との比較

肥満度＝（実測体重－身長別標準体重）／身長別標準体重×100%

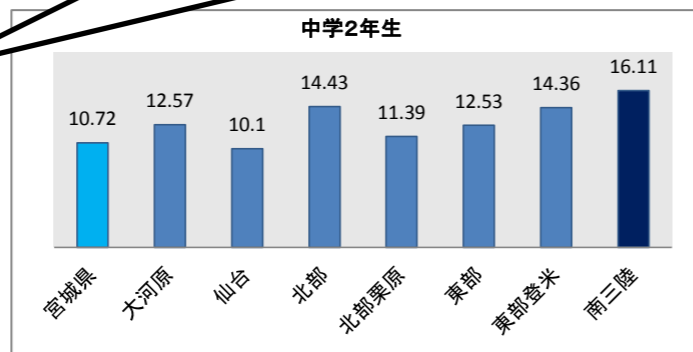
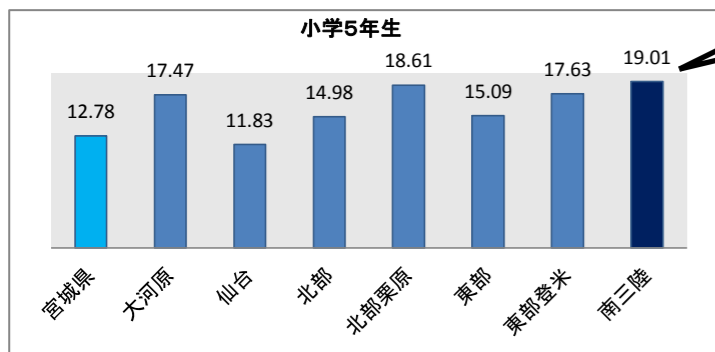
平成27年度学校保健統計速報 文部科学省

どの年齢でも宮城県が全国平均と比較すると肥満が多いことがわかります。大人の肥満も多く、6年連続でメタボワースト全国2位になっています…



2 肥満傾向児の出現率（小学校5年生、中学校2年生）

南三陸管内は県内でも更に肥満傾向児が多いことがわかります。



宮城県児童生徒の健康実態調査
結果報告書の経年分析書H27
(宮城県学校保健会)

【参考】前回調査 平成24年度…小学校5年生 19.46%、中学校2年生 15.69% でした。

なぜ子どもの肥満がよくないの？

メタボリックシンドローム (MS) とは内臓脂肪型肥満に加えて、高血糖・高血圧・脂質異常のうちいずれか2つ以上を合わせた状態のことです。「小児期 MS」と診断されている子供もいますし、大人と同様に検査で動脈硬化性の変化がみられたり、脂肪肝と診断されたりする子供もいます。子供のころからの肥満対策が重要です。しかし「やせていればいい」ということではありません。肥満ではない小児にも脂肪肝がみられることがあります。「食」はとても重要です。

私たちの体は、私たちが食べたものでできているのです。

*H27「健康づくり研修会」 気仙沼保健所所長講話より



表紙の2つの合い言葉は学校保健支援チームで考えたものです。

Food for Health
(健康のための食事)

Food for What ?
食事とは？

Food for Life
(楽しくなる食事,
豊かな人生のための食事)

Food for Communication
(コミュニケーションのツールとしての食事)

何を、いつ、だれと、どこで、どのように
食べていますか？

平成27年度学校地域保健連携推進事業

学校保健課題解決のための先生方への提案

平成27年度 学校保健支援チーム

健全な食生活を実践する 子どもたちの育成のために

生きる力の礎は『食』

よく学ぶこと、健康なからだをつくること、感謝と思いやりのある心を育むこと…その全てが食に関係しています。震災から5年。子どもたちの様々な課題の解決のためのヒントは『食』にあり！
今こそ学校における食育を見直しましょう。



「あれ？野菜食べないの？ぼくたちが一生懸命育てたんだから、すんごいおいしいよ！少し食べてみて！」

合い言葉1 「今、やりましょう！」

合い言葉2 「みんなでやりましょう！」

宮城県南三陸教育事務所
平成28年3月