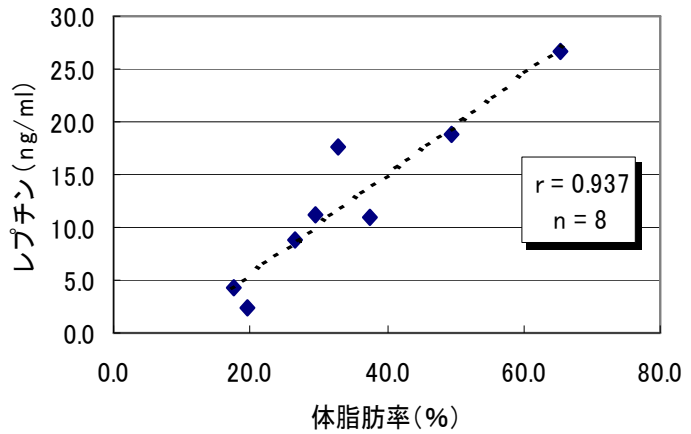
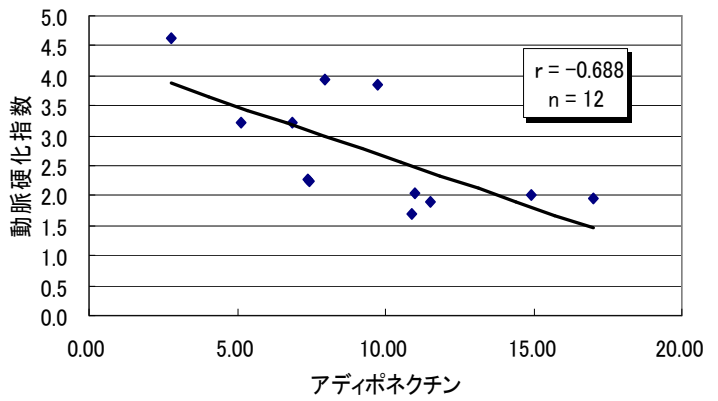
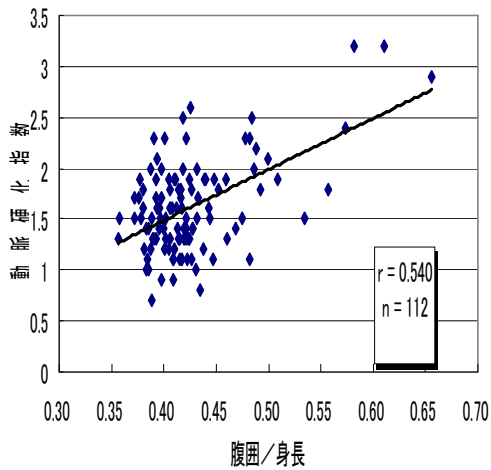
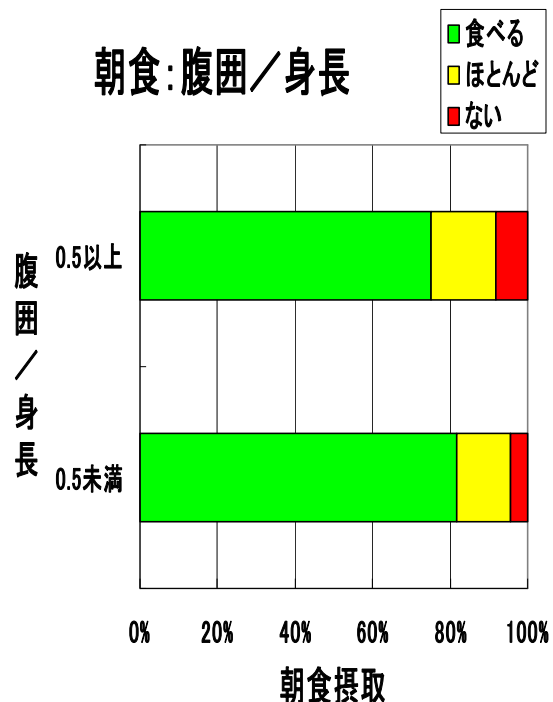
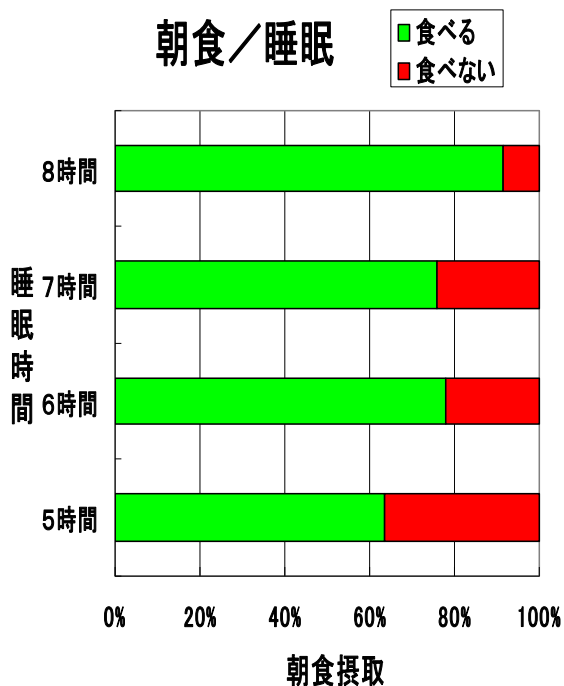


中学生での 腹囲・アディポサイトカイン の影響



食育アンケート : 朝食



4年 赤組 1番		氏名	しばさき さぶろう	男	検査月日	平成23年11月18日
検査項目		検査結果		基準値		
身体計測	身長	136.3	cm	[検査値の区分]		
	標準体重(体 重)	[32.2]	kg	高度肥満……80%以上		
	脂肪率	12.6	%	中等度肥満……30~49%		
	腹 囲	※↑	68.3	cm	軽度肥満……20~29%	
血 圧	収縮期(最大)	※↓	88	mmHg	90mmHg以上129mmHg未満	
	拡張期(最小)		55	mmHg	70mmHg未満	
血液検査	検査項目		検査結果 [単位]		基準値	
	HDLコレステロール		50.0	[mg/d]	40以上100未満	
	LDLコレステロール		136.0	[mg/d]	140未満	
	総コレステロール		195.0	[mg/d]	125以上200未満	
	中性脂肪	※↑	160.0	[mg/d]	40以上120未満	
	GOT		23.0	[K/1]	男子19.0-35.0 女子18.5-32.0	
	GPT	※	28.0	[K/1]	男子9-29 女子9-27かつGOT以下	
	γ-GTP		11.0	[mg/d]	男子8.0-28.0 女子8.0-27.0	
	尿酸	※↓	0.7	[mg/d]	男子2.70-6.60 女子2.70-6.10	
	血糖	※↑	101.0	[mg/d]	70以上100未満	
	HbA1c(空腹時)		5.0	[%]	5.2未満	
	白血球数	※↓	50.0	[×10 ³ /μ]	男子41-127 女子40-120	
	赤血球数		500.0	[×10 ³ /μ]	男子410-530 女子410-518	
	血色素量	※↓	11.3	[g/d]	男子11.9-14.8 女子11.8-14.7	
ヘマトクリット		36.3	[%]	男子35.1-43.5 女子35.0-43.0		
動脈硬化指数		2.9		3.0未満		

「※↑」基準値より多い、「※↓」基準値より少ない。

【校 医 所 見】検査結果については、次の○をつけてあるとおりです。

- 【尚、今回の検査は、生活習慣病について主な項目を調べましたが、そのほかの病気などについては検査されていませんので、以下の基準にかかわらず、医師が診ければ、医師報酬で診察を受けてください。】
1. 今回の検査結果は、すべて基準の範囲内です。
 2. 一部の検査結果が、基準値より外れていますが、調子が良ければ、そのまま様子を見てください。但し、今回の結果を参考に、適度な運動と野菜の摂取を心がけましょう。
 3. 学校で検診結果を受けて、生活習慣を改善して行きましょう！まず、下記の説明会に参加してください。但し、生活習慣による改善が認められなければ、かかりつけ医でフォローしてもらいましょう。
 4. かかりつけ医で、しっかりと健康管理を行ないましょう。

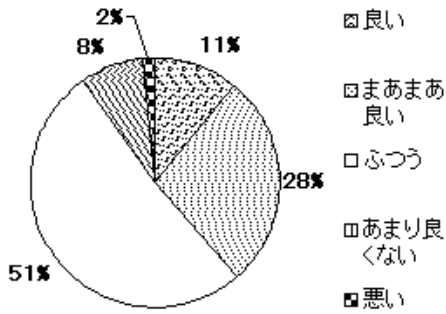
生活習慣病の予防のための説明会（予定）

日時：平成23年11月18日（土曜日）10:30 - 12:00頃
 会場：三木町農村環境改善センター（三木町役場と隣接する間）
 対象：主に、検診結果に基づき、下記A.に○印で、参加を勧められた生徒と保護者
 A. 今回の健康管理のために、説明会に、できるだけ参加しましょう。
 B. 関心があれば、自由に参加されても結構です。

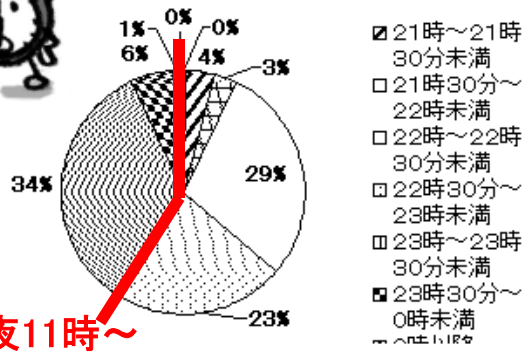
検診して注意が必要な場合

- ① 体格異常：肥満・痩せ・腹囲異常
- ② 血圧異常
- ③ 脂質異常
- ④ 肝機能異常
- ⑤ 尿酸異常
- ⑥ 血糖異常
- ⑦ 貧血傾向
- ⑧ 動脈硬化傾向

生活リズムは？

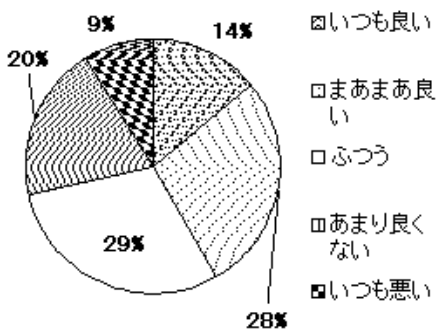


就寝時刻は？

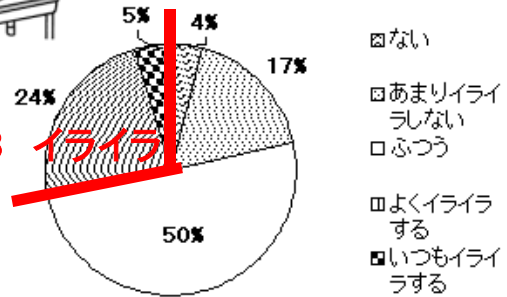


夜11時～

朝目覚めがよいか？

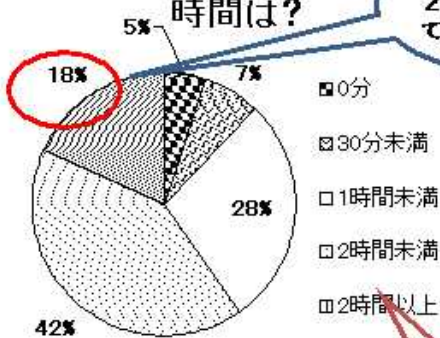


イライラすることはあるか？



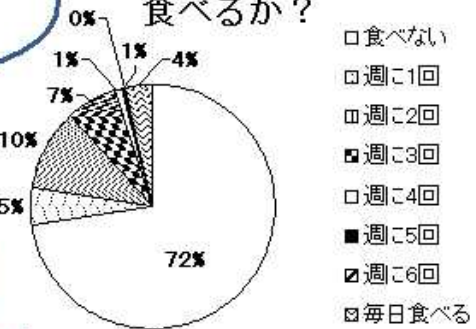
1/3 イライラ

TV・ゲームの時間は？

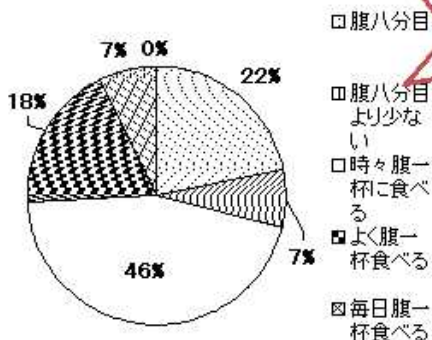


約2割の人が2時間以上しています！

夕食後に夜食を食べるか？

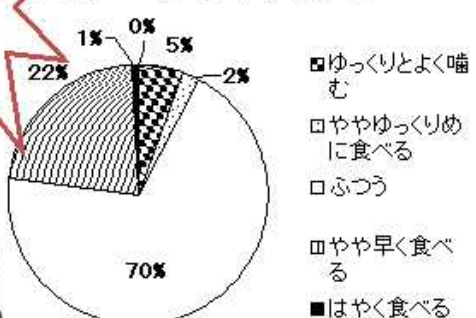


食事の量は？



食事の量と食べる速さは、生活習慣病予防に関係します！

食べる時の速さは？



検診・フォロー

①身体測定(身長・体重・腹囲)・血圧 ②採血

③生活習慣アンケート

↓ 学校医

④「検査結果のお知らせ」

⑤全体説明会！

フォロー ⇔ 生活習慣の改善

⑥養護教諭・栄養教諭 ⇒ ⑦かかりつけ医

活用：「管理指導票」

小児生活習慣病予防 管理指導票

＜ 主治医の先生にお届け ＞
三木町・小児生活習慣病予防検診の結果、指導及び管理の必要があると学校医により判定されましたので、定期検査及び管理指導票をお届けいたします。
※ 学校に届きましても、検査管理や生活指導の資料と致しますので、詳細内容や検査結果を、次のページに併記入の上、採集者にお渡し下さい。宜しくお願い致します。
また、採血する場合は、朝食抜きて午前中の検査で、お願い致します。【採集者にも説明済み】

学校名 氏名

小児メタボリックシンドローム
診断基準(厚生労働省研究種)-6~15才
＜ 必修 ＞
腹 囲 ≧ 中学生80(小学生75)cm
又は、腹 囲 / 身 長 ≧ 0.5

＜ 選択 ＞ 以下のうち、2項目を含む
① 中性脂肪 ≧ 120mg/dl
HDL-C < 40mg/dl
② 血 圧 ≧ 125 / 70mmHg
③ 空腹時血糖 ≧ 100mg/dl

(注)脂質測定：計算用データ

$$\text{脂質測定 [\%]} = \frac{\text{測定値 (kg)} - \text{標準値 (kg)}}{\text{標準値 (kg)}} \times 100 [\%]$$

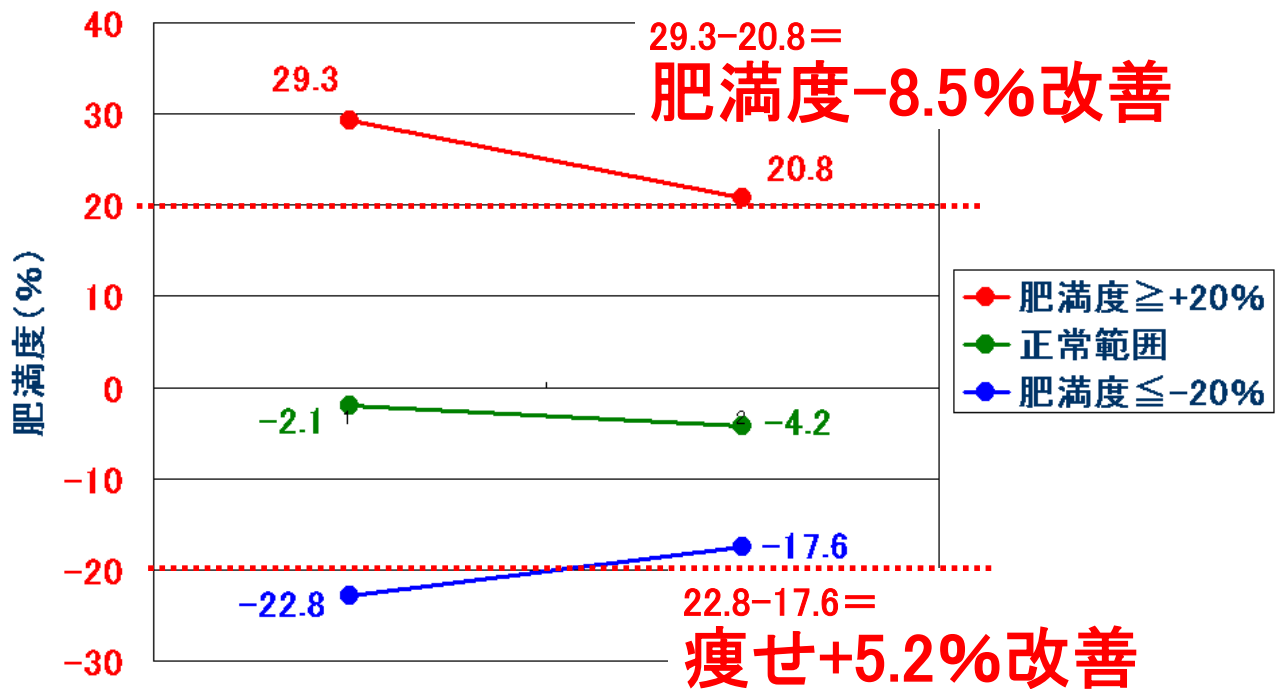
例、標準値は、性別・学年別に、本人の測定値から、下記の数値式で計算できます。

4年生の標準値(kg)	=	男子	0.887	×	測定値(kg)	-	81.399
		女子	0.862	×	測定値(kg)	-	68.662
5年生の標準値(kg)	=	男子	0.762	×	測定値(kg)	-	79.481
		女子	0.739	×	測定値(kg)	-	66.591
6年生の標準値(kg)	=	男子	0.782	×	測定値(kg)	-	76.198
		女子	0.853	×	測定値(kg)	-	76.848

学年	年生			年生			年生				
	平成	年	月	日	平成	年	月	日	平成	年	月
体 格	身長	cm			cm			cm			
	体重	kg			kg			kg			
	(注)脂質測定	%			%			%			
	腹 囲	cm			cm			cm			
メ タ ボ	脂 質	IF	mg/dl		mg/dl		mg/dl		mg/dl		
		LDL	mg/dl		mg/dl		mg/dl		mg/dl		
	血 圧	/	mmHg	/	mmHg	/	mmHg	/	mmHg		
	血 糖	mg/dl			mg/dl			mg/dl			
その他検査											
所見・評価	[Oを付けて、 ください]			[Oを付けて、 ください]			[Oを付けて、 ください]				
改善すべき生活習慣											
病院・医師名	①			②			③				
次回検診予定	翌年度【平成 年 月 日】 ・翌年度・管理不要			翌年度【平成 年 月 日】 ・翌年度・管理不要			翌年度【平成 年 月 日】 ・翌年度・管理不要				
備考											

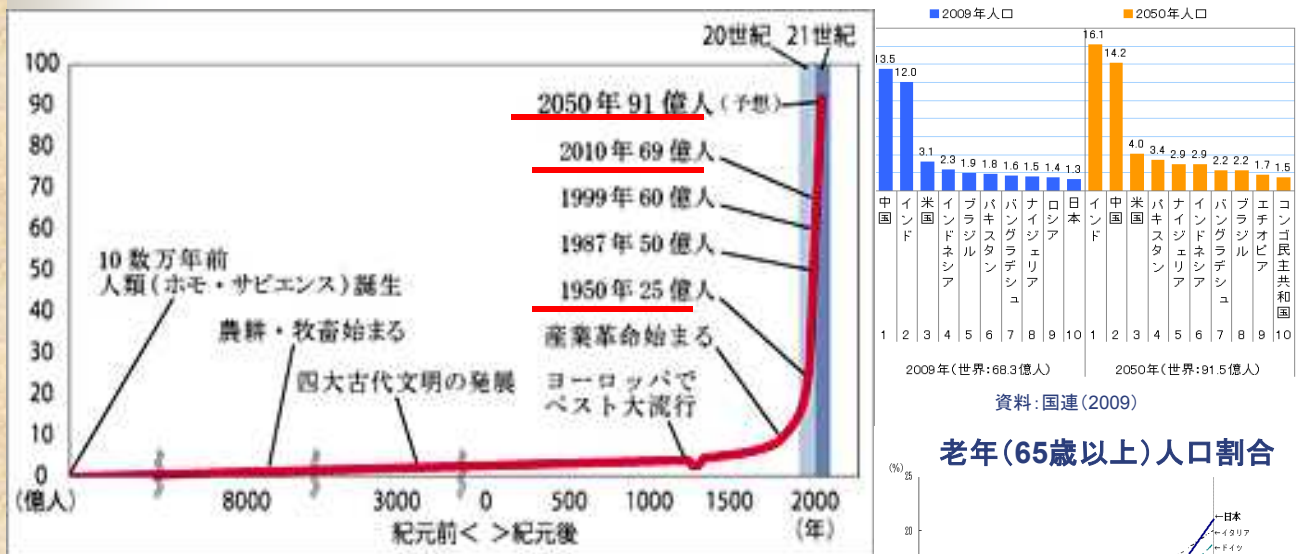
肥満度改善:

小学4年生 ⇒ 中学1年生



地球上の人間がふえている!!!

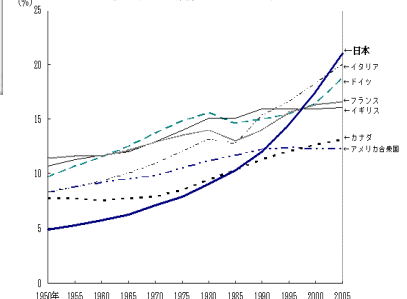
すべての危機の基本原因!!!



世界人口の推移 (推測値)

出典: 国連人口基金東京事務所・改

老年 (65歳以上) 人口割合

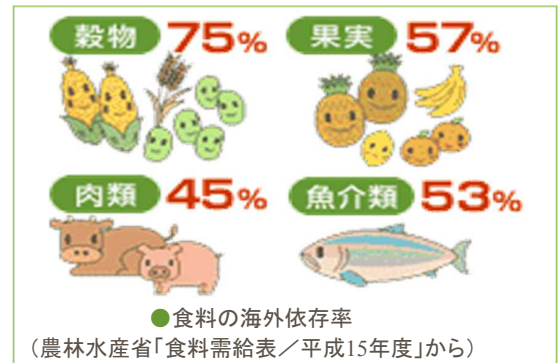
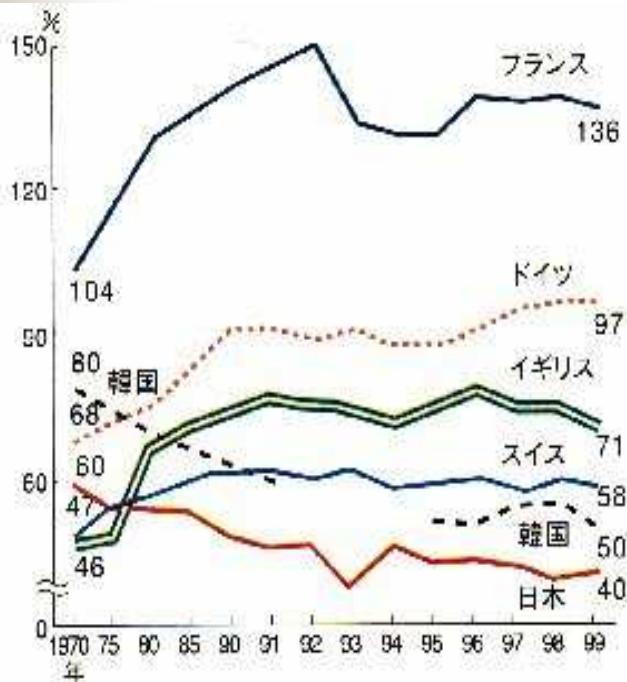




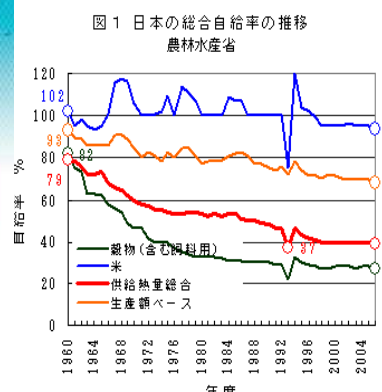
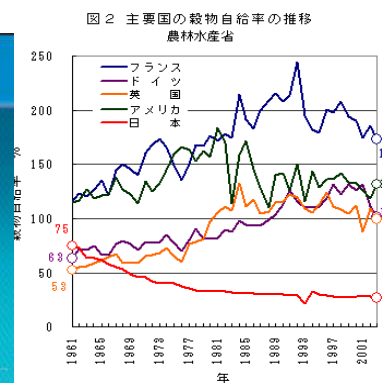
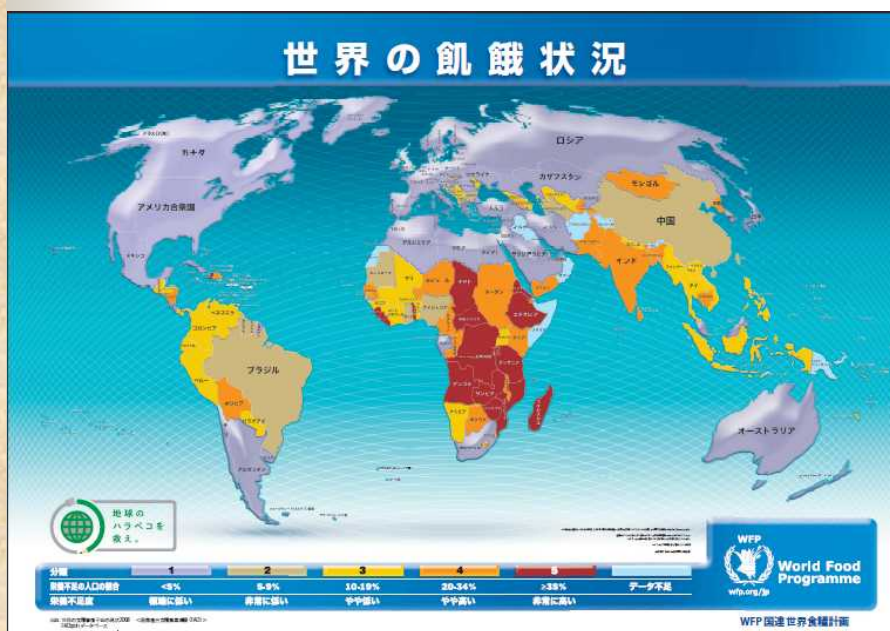
日本は、たくさん、食べものを外国から買っている！

＜日本でつくっている割合＞

＜外国から買っている割合＞



食糧問題



飢餓人口:世界中で、10億人(赤マップ、35%以上)
 飢餓による死:毎日2万5千人(5歳以下の子ども6秒に1人)
 食糧高騰:2007から、家畜飼料・バイオエネルギー

学校保健安全法・改正：出席停止期間

病名	(今までの基準)	学校保健安全法施行規則, 2012年4月改正
インフルエンザ	解熱した後2日を経過するまで	発症した後5日を経過し, かつ, 解熱した後2日(幼児にあっては, 3日)を経過するまで
百日咳	特有の咳が消失するまで	特有の咳が消失するまで又は5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了する
麻疹	解熱した後3日を経過するまで	
流行性耳下腺炎	耳下腺の腫脹が消失するまで	耳下腺, 顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し, かつ, 全身状態が良好になるまで
風疹	発疹が消失するまで	
水痘	すべての発疹が痂皮化するまで	
咽頭結膜熱	主要症状が消退した後2日を経過するまで	
結核	伝染のおそれなくなるまで	
髄膜炎菌性髄膜炎		病状により学校医等において感染のおそれがないと認めるまで

【最大クラスの震度分布】

強震波形4ケースと経験的手法の最大震度重ね合わせ

