

杉 並 区

小 児 生 活 習 慣 病 予 防 検 診 結 果 に つ い て

(令和7年度)

一般社団法人 杉 並 区 医 師 会

杉 並 区 教 育 委 員 会

は　じ　め　に

生活習慣病は、かつては壮年期以降に起こる病気とされてきましたが、近年では子どもたちの間でも増えており、学校保健分野においても小児期からの予防が大きな課題となっています。生活習慣病は自覚症状がないまま進行し、症状が現れたときには深刻な状態になっているため、次代を担う子どもたちが健康な生涯を送るためには、子どもの頃から将来にわたる健康づくりを進めていく必要があります。

このため、教育委員会では杉並区医師会の協力を得て「小児生活習慣病予防検診」を平成4年度から実施し、検診と学校医による事前説明会、「健康相談室」等の事後指導とを一体的に進めることにより、子どもたちの生活習慣病の予防に取り組んできました。平成24年度には「健康相談室」に「フォロー健康相談室」を加え、事後指導の相談体制を拡充しました。

令和元年度からは、採血や血圧測定などの検査部門を公益財団法人東京都予防医学協会へ委託先を変更し、事後指導は杉並区医師会に引き続き委託して実施しています。

杉並区教育委員会では、令和4年度に策定した「杉並区教育ビジョン2022」とその行動計画である「杉並区教育ビジョン2022推進計画」に基づき、すべての子どもたちに学び続ける力を育む豊かな学びの機会を創り、「人生100年時代」を自分らしくいきいきと生きることができるよう、生活習慣病予防などの健康教育の推進に取り組んでいます。

学齢期は、健康的な生活習慣を確立する貴重な時期にあたります。この時期に自ら進んで健康づくりに取り組み、生涯にわたり健康でたくましく生きる力を身に付けられるよう支援していきます。

この報告書は、令和7年度に杉並区で実施した小児生活習慣病予防検診の結果をまとめたものです。さらに「杉並区医師会小児生活習慣病予防検診委員会」による専門的な見地からの考察をいただいております。本書が単に検診の報告にとどまることなく、多くの学校保健関係者の健康教育の実践に活用されれば幸いです。

令和8年6月

杉 並 区 教 育 委 員 会

目 次

はじめに

1. 小児生活習慣病予防対策の取り組みの経緯	P 1
2. 令和 7 年度小児生活習慣病予防検診実施方法及び事後指導の概要	P 2
(1) 目的	
(2) 検診の実施内容・方法	
(3) 検診の事後指導（「健康相談室」等）	
3. 令和 7 年度検診成績	P 6
(1) 令和 7 年度小児生活習慣病予防検診受診者数	P 6
(2) 令和 7 年度検診結果（東京都予防医学協会編）	P 7
小学校 5 年生	
特別支援学校小学部 5 年生	
小学校 6 年生・経過観察者	
特別支援学校小学部 6 年生・経過観察者	
中学校 1 ～ 3 年生・経過観察者	
特別支援学校中学部 1 ～ 3 年生・経過観察者	
(3) 令和 7 年度「健康相談室」等の実施状況	P 13
4. 令和 7 年度検診結果に関する考察（杉並区医師会編）	P 14

資料編

(1) 検診に関する資料	P 16
資料 1 小児生活習慣病予防検診のお知らせ（見本）	
資料 2 小児生活習慣病予防健診結果票（見本）／基準値	
資料 3－①小児生活習慣病予防健診判定基準（東京都予防医学協会編）	
資料 3－②検査別判定コメント一覧（東京都予防医学協会編）	
(2) 「健康相談室」等に関する資料	P 24
資料 4－①「食事調査票」（見本）	
資料 4－②「食生活チェックシート（見本）」	
資料 5 「1 日の生活習慣と運動に関するアンケート」（見本）	
資料 6 「家族歴調査票」（見本）	
資料 7 令和 7 年度「健康相談室」相談員従事者一覧	

参考文献	P 30
------	------

おわりに

1. 小児生活習慣病予防対策の取り組みの経緯

近年、わが国では生活習慣病予防が国の施策にも取り入れられている。杉並区では既に昭和 56 年に、当時小児成人病と呼ばれていた生活習慣病の問題の重要性を認識し、杉並区保健医療審議会において小児期から対策に取り組むべきと提言した。

これを受け杉並区学校保健会では、小児生活習慣病予防検診事業に対する予備調査を昭和 61 年から 3 年間にわたり実施した。その結果、①高脂血症（高コレステロール血症）が小学生の 26.5%にみられた。②肥満、高脂血症、家族性因子の 3 因子に高い保有率がみられた。③追跡調査で危険因子の改善がみられた等の結果が明らかとなった。この為、同会の報告書の中で小児生活習慣病予防について「今後の学校保健活動に取り組むように」と提言を行った。

これに対して、杉並区教育委員会では、平成 2 年度にこの提言をふまえて小児生活習慣病予防検診に取り組むこととして「杉並区立学校小児生活習慣病予防検診検討委員会」を設立した。平成 3 年度に「小児生活習慣病予防対策委員会」を設置して、その準備を行い、平成 4 年度、小学校の半数である 22 校の 4 年生を対象に、小児成人病予防検診を実施した。平成 5 年度より、区立全小学校 44 校に済美養護学校を加えた 45 校の 4 年生全員と、前年度要追跡者を対象とし、希望者に検診を実施した。

平成 7 年度より小学校 4 年生に加え、区立中学校 1 年生全員も対象となり、2・3 年生の要追跡者、転入生等の受診希望者にも検診・指導を行い、小児生活習慣病予防検診を確立させることになった。

平成 11 年度より「小児成人病予防検診」から「小児生活習慣病予防検診」と検診名を変更した。

平成 13 年度からは中学 1 年生に関し、杉並区の予算の関係及び平成 8 年度に検討されたトラッキングの観点から対象者を絞り込む事となり、従来中学 1 年生全員を対象に希望者に行っていたものを、小学校 4 年生時の管理区分「A：医学的管理が必要」又は「B：定期的経過観察」であった生徒、済美養護学校 1 年生、及び転入生の希望者を対象とした。

平成 17 年度から 19 年度の厚生労働科学研究で小児期メタボリックシンドローム診断基準の策定が進められ、平成 18 年度から小児期メタボリックシンドローム予防の視点を検診に取り入れ、小学生について腹囲測定を検診項目に追加して実施した。平成 18 年度までの小児生活習慣病予防管理スコアを用いた判定に加え、厚生労働省研究班が提唱した、小児期メタボリックシンドローム診断基準に基づいた判定も併用している。平成 18 年度については、腹囲測定値は従来の管理区分の点数にふくめずに実施した。平成 19 年度から腹囲測定値も点数化した。また、国の特定健診にならい、総コレステロール、動脈硬化指数にかわり、LDL コレステロール値を測定することにした。

平成 21 年度から 23 年度は南伊豆健康学園（西田小学校分校）の 4 年生も対象とし、帰省時に検診を行った。同年度には、新型インフルエンザ（H1N1）が流行し学級閉鎖が多発したことより「欠席者検診」を追加実施した。この「欠席者検診」は、平成 24 年度から区関連施設で土曜日に開催し、中学生には学校での検診または検診予備日として受診を選択できるようにした。併せて、同年度から、「フォロー健康相談室」を設けて、前年度の「健康相談室」利用者の事後指導の機会を拡充した。

令和元年度からは、採血等の検査部門のみ委託先の変更に伴い検査項目と判定基準、実施

方法等を変更した。検査項目については、「LDL コレステロール」を削除し、「non-HDL コレステロール」と「ヘモグロビンA1c」を追加した。判定基準については資料編 P17～20 参照。

令和2年度においては、4～5月の2か月間、新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴う一斉臨時休校の措置がとられ、法定の健診事業を優先したため検診は中止したが、令和元年度の検診受診者等を対象にした「フォロー健康相談室」を3回実施した。

令和2年度の検診中止に伴い、令和2年度に検診対象者であった小学校4年生の児童について補完するために、令和3年度から検診対象を小学校5年生以上に変更し実施した。

「健康相談室」については、感染拡大状況に応じて通信指導に切り替えて行うなど臨機応変に実施してきた。

また、令和3年度から、中学生については学校での検診を止め、区立施設のみでの検診実施とし効率化を図った。

令和5年度からは、「健康相談室」「フォロー健康相談室」での医学、栄養、運動の個別相談に加えて、体験型の「運動体験コーナー」を、運動指導員の指導のもとで新たに実施している。

2. 令和7年度小児生活習慣病予防検診の実施内容及び事後指導の概要

(1) 目的

学校保健安全法の趣旨に沿って、疾病予防、健康管理の観点から、身長体重測定、腹囲測定、血圧測定・血液検査等を実施し、検査結果に基づき適切な管理指導を行い、児童・生徒の将来にわたる健康づくりに役立てる。また、検診のみでなく、事前・事後の適切な指導を行うことにより、小児生活習慣病予防をより効果的に実践する。

(2) 検診の実施内容・方法（資料編 P. 16～参照）

① 対象者

- ・小学校5年生の全児童
 - ・小学校6年生で、5年生時の検診結果が判定区分「Ⅰ要受診」又は「Ⅱ要指導」の児童
 - ・中学生で、小学校5年生以降の検診結果が判定区分「Ⅰ要受診」又は「Ⅱ要指導」の生徒
 - ・小学校6年生及び中学生で、定期健診の結果が肥満度30%以上等の児童・生徒
 - ・小学校5・6年生及び中学生で転入してきた児童・生徒
- ※上記の児童・生徒のうち希望者

② 実施時期・場所

令和7年7月	事後指導「フォロー健康相談室」を区立施設にて2回実施
7月～9月	保護者への希望調査／各学校にて周知し教育委員会にてとりまとめ
11月	小学生は全校巡回実施と保護者同伴で区立施設にて1回実施 中学生は保護者同伴で区立施設にて2回実施 小学生及び中学生の欠席者検診を区立施設にて1回実施

令和8年1月～3月 事後指導「健康相談室」を区立施設にて5回実施

③ 検診の案内周知

保護者への検診案内は、各学校から7月～9月の期間に実施。検診案内の際に、「小児生活習慣病予防検診の手引き（杉並区教育委員会編）」を学校経由で小学校5年生の保護者及び小学校6年生と中学生の転入者へ配布。また、杉並区医師会が故岡田知雄元教授に依頼し作成した「杉並区・小児生活習慣病予防検診 事前指導について（保護者向け）」に基づき、学校の裁量で、養護教諭等により検診の目的（メタボリックシンドロームの病態、検診の必要性）や検診の内容、受診時の注意事項等を説明した上で、案内通知の配布またはteteoruでの周知を行い、検診の受検を勧奨した。検診の申し込みについては、各校の状況に合わせ、紙での配布と回収またはグーグルフォーム等の電子入力で希望者を募った。

④ 検査項目（ア～ウの検査は、東京都予防医学協会の医師の監視下で実施）

ア 身体計測：身長、体重、臍高での腹囲測定により、腹囲／身長比を算出した。

肥満度：東京都予防医学協会が測定した身長、体重の実測値を使用する。

算出方法は、 $\text{肥満度} = \frac{\text{実測体重} - \text{標準体重}}{\text{標準体重}} \times 100\%$ で表される。標準体重には年齢別身長別標準体重を用いた。

〈標準体重値〉 +20%以上～+30%未満：軽度肥満 +50%以上：高度肥満
+30%以上～+50%未満：中等度肥満 -20%以下：やせ

イ 血圧測定：基準値（収縮期圧 125 以上/拡張期圧 70 未満）以上を示すものは2回測定し、それでも基準値を越えた場合は最も低い収縮期圧を測定値とした。測定機器は、電子血圧計を使用した。

ウ 血液検査：朝食後の経過時間を考慮して、肘静脈より 3ml を採血した。

〈検査項目〉

- 1 総コレステロール（血中脂質）
- 2 HDL コレステロール（血中脂質）
- 3 non-HDL コレステロール（血中脂質）
- 4 ALT（GPT）（肝機能）
- 5 ヘモグロビンA1c（血糖コントロール）

エ 糖尿病既往歴の有無

オ 尿糖検査：腎臓検診時の成績を使用する。

カ 家族歴調査：「健康相談室」の申込者に対して調査し、相談の際に活用した。

⑤ 判定基準

肥満度・血圧測定・血液検査などの検査結果を、小児生活習慣病予防検診の判定基準に基づき、3段階の区分で検診後の事後指導の重要度を判定した。

【判定区分】 I 要受診 II 要指導 III 正常 (P.22 - 23 資料3 - ①②)

(3) 検診の事後指導（健康相談室等）

① 目的

小児生活習慣病の予防において、検診は事後指導を行う為の大切な情報であり、その情報をもとに適切な生活習慣病予防指導を十分に行うのが目的である。

② 方法

学校を通して保護者へ「健診結果票」（P. 20－21 資料 2 参照）を通知するとともに、「健診結果一覧表」を学校の控えとし、事後指導の資料とした。

③ 健康相談室（杉並区医師会委託）

対 象 者：令和 7 年度までの受診者のうち、検診結果の判定区分が「Ⅰ 要受診」「Ⅱ 要指導」の者。

方 法：利用勧奨対象者には、次の（ア）から（ウ）の資料を事前に配布し、利用申し込みの際に、教育委員会へ提出してもらい、「健康相談室」の相談員（以下、「相談員」という）（P. 29 資料 7）へ送付し、指導内容を事前に検討する資料とした。

（ア） 「食事調査票」（P. 24－25 資料 4－①参照）

（イ） 「1 日の生活習慣と運動に関するアンケート」（P. 27 資料 5 参照）

（ウ） 「家族歴調査票」（P. 28 資料 6 参照）

実施期間：令和 8 年 1 月～3 月の間に計 5 回実施した。

定 員：90 組

会 場：杉並保健所およびセンオン杉並

実施状況：P. 13「3（3）令和 7 年度「健康相談室」等の実施状況」参照。

相 談 員：専門医による指導のもと、学校内科医、栄養士、運動相談員各 1 名で 1 班を構成し 3 班で相談にあたった。相談員 1 人につき 1 回に 6 組程度の親子を担当した。

相談方法：親子一緒に相談を受けることとし、一組の親子につき学校内科医による医学相談、栄養士による栄養相談、運動相談員による運動相談を各 15 分対面による指導を行った。令和 5 年度からは、これらの相談に加え、「運動体験コーナー」を設置し、体験を伴う運動指導を行った。指導にあたっては、検診結果に対する不安や心配に配慮して、改善の必要性を十分に説明して理解を促すとともに、その児童・生徒とその保護者の個別性に沿った内容で、具体的に指導した。

指導内容：医学相談、栄養相談、運動相談、運動体験コーナーの指導内容は次に示す。

（ア） 医学相談においては、検診結果について説明し、現在の健康状態を正しく理解できるよう助言した。家族歴調査により家族性の因子や家庭での生活習慣について指導した。

必要に応じて、専門医への受診や検査を勧め、紹介状を発行した。

（イ） 栄養相談においては、食事調査票の回答を基に、食生活において改善すべき事項について栄養士が作成した食生活チェックシート（P26 資料 4－②参照）を提示し助言指導を行った。

（ウ） 運動相談においては、一日の生活習慣や運動習慣に関する助言指導を行い、運動体験コーナーへの誘導を行った。

（エ） 運動体験コーナーにおいては、家庭でできる運動プログラムとして「60 秒チャレンジ（日本レクリエーション協会監修）」（※ 1 参照）を紹介し、体験

を通して体を動かすことへの興味・関心を喚起した。

(オ) 欠席者で日程変更ができなかった者に対しては、通信指導に切り替えて助言指導を行った。

(カ) 上記の他、食事指導のみ希望の児童生徒を対象に通信指導を行った。

(P. 24-26 資料 4 - ①②参照)

④ フォロー健康相談室（杉並区医師会委託）

経 緯：平成 24 年度より、「健康相談室」利用者の経過観察、定期健康診断における小児生活習慣病予防の事後指導として実施している。

対 象 者：前年度の小児生活習慣病予防検診で判定区分「Ⅰ 要受診」「Ⅱ 要指導」の判定を受けた者、「健康相談室」利用者で経過観察となった者、当該年度の定期健康診断の結果において肥満度 30%以上で学校医より肥満傾向の指摘を受けた小学校 5 年生以上の児童・生徒の希望者とした。

実施期間：令和 7 年 7 月の間に計 2 回

定 員：24 組

会 場：セシオン杉並

実施状況：P. 13「3（3）令和 6 年度「健康相談室」等の実施状況」参照。

⑤ 学校における事後指導

各学校において小児生活習慣病予防や改善の指導及び健康教育を行った。

※ 1 運動体験コーナーで体験する運動プログラム「60 秒チャレンジ（日本レクリエーション協会監修）」については、2 種類のプログラム「パンパンパスチャレンジ」と「足踏み 60 秒チャレンジ」を親子に体験してもらいながら実技指導を行った。

杉並区小児生活習慣病予防検診「健康相談室」「運動体験コーナー」で紹介する「おうちで 60 秒チャレンジ！」

「日本レクリエーション協会」ホームページより抜粋

The screenshot displays the homepage of the Japanese Recreation Association (日本レクリエーション協会) with a focus on the '60-second challenge' (60秒チャレンジ) section. The page features a grid of 16 thumbnail images, each representing a different challenge activity. The activities include: 'クルッとタオルチャレンジ' (Twisting towel challenge), 'アシカチャレンジ' (Seal challenge), 'パンパンパスチャレンジ' (Pumpkin pass challenge), '風船スティックチャレンジ' (Balloon stick challenge), '風船ゴースルーチャレンジ' (Balloon go-through challenge), 'ベアスティックチャレンジ' (Bear stick challenge), '人間輪投げチャレンジ' (Human ring toss challenge), 'スピード輪投げチャレンジ' (Speed ring toss challenge), '足踏み60秒チャレンジ' (Foot stepping 60 seconds challenge), 'スポーツデカチャレンジ (ボンボンクロス編)' (Sports Deca challenge (Bonbon cross edition)), 'スポーツデカチャレンジ (クロスキャッチ編)' (Sports Deca challenge (Cross catch edition)), '新聞紙スティックの作り方' (How to make newspaper sticks), '新聞紙リングの作り方' (How to make newspaper rings), and '新聞紙ボールの作り方' (How to make newspaper balls). Below the grid, there is a QR code and a link to the official website URL: <https://www.recreation.jp/challenge/articles>.

3. 令和7年度検診成績

(1) 令和7年度 小児生活習慣病予防検診 受診者数

① 令和7年度 小児生活習慣病予防検診 受診者数 (小学校)

※受診者数は、希望者数とみなす。

小学校	5年生合計					6年生合計			小学校5・6年生合計		
	在籍者数	受診者数	受診率	貧血検査ありの結果内訳		在籍者数	受診者数	受診率	在籍者数	受診者数	受診率
				要受診	再検査						
合 計	3,822	2,350	61.5%	21	10	2,301	374	10.1%	7,509	2,724	36.3%
済美養護(小)	16	12	75.0%	0	0	7	3	15.0%	36	15	41.7%
小・養(小)合計	3,838	2,362	61.5%	21	10	2,308	377	10.2%	7,545	2,739	36.3%

在籍者数:令和7年11月1日時点児童・生徒数

② 令和7年度 小児生活習慣病予防検診 受診者数 (中学校)

※受診者数は、希望者数とみなす。

中学校	1年生合計		2年生合計		3年生合計		中学校合計	
	在籍者数	受診者数	在籍者数	受診者数	在籍者数	受診者数	在籍者数	受診者数
	2,306	72	2,364	41	2,289	26	6,959	139
合 計	25	1	20	1	17	0	62	2
済美養護(中)								
中・養(中)合計	2,331	73	2,384	42	2,306	26	7,021	141

在籍者数:令和7年11月1日時点児童・生徒数

③ 令和7年度 学年・検査内容・事業別 受診者数集計

	小学校	中学校	養護学校	合計(人数)
小学校5年	2,350		12	2,362
(再掲)小学5年 貧血検査あり	2,301		7	2,308
小学校6年	374		3	377
中学校1～3年		139	2	141
合 計	2,724	139	17	2,880

【受診者数と判定区分集計】

小児生活習慣病予防健診

性 別	受診者数	I 要受診	II 要指導	N 正 常
男 子	1229	128	366	29.78
女 子	1121	129	258	23.02
合 計	2350	257	624	26.55

貧血検査

性 別	受診者数	1 要受診	2 要再検	3 正 常
男 子	1215	8	0.66	5
女 子	1117	13	1.16	5
合 計	2332	21	0.90	10

※貧血検査の判定〔4：白血球再検〕は、「3正常」の件数に含みます。

【小児生活習慣病予防健診項目別判定集計】※

肥満度

性 別	検査人数	a	b	c	n	y
男 子	1229	8	0.65	69	5.61	84
女 子	1121	4	0.36	26	2.32	56
合 計	2350	12	0.51	95	4.04	140

血圧

性 別	検査人数	a	n
男 子	1229	26	2.12
女 子	1121	34	3.03
合 計	2350	60	2.55

腹囲

腹囲/身長比

性 別	検査人数	a	n
男 子	1229	149	12.12
女 子	1121	43	3.84
合 計	2350	192	8.17

性 別	検査人数	a	n
男 子	1229	222	18.06
女 子	1121	69	6.16
合 計	2350	291	12.38

血中脂質

A L T

性 別	検査人数	a	n
男 子	1217	98	8.05
女 子	1117	100	8.95
合 計	2334	198	8.48

性 別	検査人数	a	n
男 子	1217	75	6.16
女 子	1117	18	1.61
合 計	2334	93	3.98

ヘモグロビンA1c

糖尿病既往

性 別	検査人数	a	b	n
男 子	1215	0	188	15.47
女 子	1117	0	138	12.35
合 計	2332	0	326	13.98

性 別	検査人数	a	n
男 子	1229	0	1229
女 子	1121	0	1121
合 計	2350	0	2350

【小児生活習慣病予防健診検査項目別平均値集計】

性 別	身長 cm	体重 kg	肥満度 %	腹 囲 cm	腹 囲/身長比	血 圧 mmHg
男 子	143.5	35.8	0.7	63.6	0.44	112/64
女 子	145.1	35.6	-2.5	60.8	0.41	113/67

性 別	T C H O mg/dL	H D L - C mg/dL	non-HDL-C mg/dL	A L T U/L	H b A 1 c %
男 子	173.9	65.5	108.3	17.1	5.4
女 子	173.0	63.6	109.4	12.7	5.4

※【検査項目別判定】

n：正 常

項 目	判 定
肥 満 度	a 高度肥満 かなりの肥満です
	b 中等度肥満 肥満です
	c 軽度肥満 肥満さみです
y や せ	ややせ傾向です
腹 囲	a 基準値以上 基準値以上です
腹 囲 / 身 長 比	a 基準値以上 基準値以上です
血 圧	a 高 値 高値です
総 コレステロール	a 高 値 高値です
HDL-コレステロール	a 基準値未満 基準値未満です
non-HDLコレステロール	a 高 値 高値です
A L T	a 高 値 高値です
ヘモグロビンA1c	a 正常 高値 正常範囲内ですがやや高めです
糖 尿 病 既 往	a 既往歴あり 引き続き専門医を受診してください

【受診者数と判定区分集計】

小児生活習慣病予防健診

性別	受診者数	I 要受診	II 要指導	N 正 常
男子	10	2	3	5
女子	2	0	0	2
合 計	12	2	3	7

貧血検査

性別	受診者数	1 要受診	2 要再検	3 正 常
男子	6	0	0	6
女子	1	0	0	1
合 計	7	0	0	7

※貧血検査の判定〔4：白血球再検〕は、「3 正常」の件数に含みます。

【小児生活習慣病予防健診項目別判定集計】※

肥満度

性別	検査人数	a	b	c	n	y
男子	10	1	0	1	8	0
女子	2	0	0	0	2	0
合 計	12	1	0	1	10	0

血圧

性別	検査人数	a	n
男子	10	1	9
女子	2	0	2
合 計	12	1	11

腹囲

腹囲/身長比

性別	検査人数	a	n
男子	10	2	8
女子	2	0	2
合 計	12	2	10

性別	検査人数	a	n
男子	10	4	40
女子	2	0	0
合 計	12	4	33

血中脂質

AL T

性別	検査人数	a	n
男子	6	1	5
女子	1	0	1
合 計	7	1	6

性別	検査人数	a	n
男子	6	1	16
女子	1	0	0
合 計	7	1	14

ヘモグロビンA1 c

糖尿病既往

性別	検査人数	a	b	n
男子	6	0	0	6
女子	1	0	0	1
合 計	7	0	0	7

性別	検査人数	a	n
男子	10	0	10
女子	2	0	2
合 計	12	0	12

【小児生活習慣病予防健診検査項目別平均値集計】

性別	身長 cm	体重 kg	肥満度 %	腹 囲 cm	腹囲/身長比	血 圧 mmHg
男子	141.9	39.6	9.8	67.5	0.47	100/64
女子	148.5	32.9	-3.0	62.9	0.42	90/60

性別	T C H O mg/dL	H D L - C mg/dL	non-HDL-C mg/dL	A L T U/L	H b A 1 c %
男子	171.0	55.1	115.8	17.8	5.3
女子	165.0	54.0	111.0	20.0	5.6

※【検査項目別判定】

n：正 常

項 目	判 定
肥 満 度	a 高度肥満 かなりの肥満です
	b 中等度肥満 肥満です
	c 軽度肥満 肥満ぎみです
	y や や せ 傾向です
腹 囲	a 基準値以上 基準値以上です
腹 囲 / 身 長 比	a 基準値以上 基準値以上です
血 圧	a 高 値 高値です
総 コレステロール	a 高 値 高値です
HDL-コレステロール	a 基準値未満 基準値未満です
non-HDLコレステロール	a 高 値 高値です
A L T	a 高 値 高値です
ヘモグロビンA1c	a 正常 高値 正常範囲内ですがやや高めです
糖 尿 病 既 往	a 既往歴あり 引き続き専門医を受診してください

【受診者数と判定区分集計】

小児生活習慣病予防健診

性 別	受診者数	I 要受診	II 要指導	N 正 常
男 子	232	52	22.41	70
女 子	142	32	22.54	52
合 計	374	84	22.46	122

貧血検査

性 別	受診者数	1 要受診	2 要再検	3 正 常
男 子				
女 子				
合 計				

※貧血検査の判定〔4：白血球再検〕は、「3 正常」の件数に含みます。

白血球数異常

【小児生活習慣病予防健診項目別判定集計】※

肥満度

性 別	検査人数	a	b	c	n	y
男 子	232	9	3.88	29	12.50	32
女 子	142	2	1.41	20	14.08	12
合 計	374	11	2.94	49	13.10	44

血圧

性 別	検査人数	a	n
男 子	232	4	1.72
女 子	142	4	2.82
合 計	374	8	2.14

腹囲

性 別	検査人数	a	n
男 子	232	97	41.81
女 子	142	31	21.83
合 計	374	128	34.22

腹囲/身長比

性 別	検査人数	a	n
男 子	232	95	40.95
女 子	142	28	19.72
合 計	374	123	32.89

血中脂質

性 別	検査人数	a	n
男 子	230	32	13.91
女 子	141	18	12.77
合 計	371	50	13.48

A L T

性 別	検査人数	a	n
男 子	230	35	15.22
女 子	141	3	2.13
合 計	371	38	10.24

ヘモグロビンA1c

性 別	検査人数	a	b	n
男 子	229	0	58	25.33
女 子	141	0	22	15.60
合 計	370	0	80	21.62

糖尿病既往

性 別	検査人数	a	n
男 子	232	0	100.00
女 子	142	0	100.00
合 計	374	0	100.00

※【検査項目別判定】

項 目	判 定	n：正 常
肥 満 度	a 高度肥満	かなりの肥満です
	b 中等度肥満	肥満です
	c 軽度肥満	肥満ぎみです
	y や や せ	やや傾向です
腹 囲	a 基準値以上	基準値以上です
腹 囲 / 身 長 比	a 基準値以上	基準値以上です
血 圧	a 高 値	高値です
総 コレステロール	a 高 値	高値です
HDL-コレステロール	a 基準値未満	基準値未満です
non-HDL-コレステロール	a 高 値	高値です
A L T	a 高 値	高値です
ヘモグロビンA1c	a 高 値	高値です
	b 正常高値	正常範囲内ですがやや高めです
糖 尿 病 既 往	a 既往歴あり	引き続き専門医を受診してください

【受診者数と判定区分集計】

小児生活習慣病予防健診

性別	受診者数	I 要受診	II 要指導	N 正 常
男子	1	1	100.00	0
女子	2	0	2	100.00
合計	3	1	33.33	2
			66.67	0

貧血検査

性別	受診者数	1 要受診	2 要再検	3 正 常
男子				
女子				
合計				

白血球数異常

※貧血検査の判定〔4：白血球再検〕は、「3 正常」の件数に含みます。

【小児生活習慣病予防健診項目別判定集計】※

肥満度

性別	検査人数	a	b	c	n	y
男子	1	0	0	0	0	1 100.00
女子	2	0	0	1 50.00	1 50.00	0
合計	3	0	0	1 33.33	1 33.33	1 33.33

血圧

性別	検査人数	a	n
男子	1	0	1 100.00
女子	2	0	2 100.00
合計	3	0	3 100.00

腹囲

性別	検査人数	a	n
男子	1	0	1
女子	2	1	1
合計	3	1	2

腹囲/身長比

性別	検査人数	a	n
男子	1	0	1 100.00
女子	2	1 50.00	1 50.00
合計	3	1 33.33	2 66.67

血中脂質

性 別	検査人数	a	n
男 子	0	0	0
女 子	2	0	2
合 計	2	0	2
			100.00
			100.00

A L T

性別	検査人数	a	n
男子	0	0	0
女子	2	0	2 100.00
合計	2	0	2 100.00

ヘモグロビンA1c

性 別	検査人数	a	b	n
男 子	0	0	0	0
女 子	2	0	0	2 100.00
合 計	2	0	0	2 100.00

糖尿病既往

性別	検査人数	a	n
男子	1	0	1 100.00
女子	2	0	2 100.00
合計	3	0	3 100.00

※【検査項目別判定】

項目	判定	n：正 常
肥 満 度	a 高度肥満	かなりの肥満です
	b 中等度肥満	肥満です
	c 軽度肥満	肥満ぎみです
	y や や せ	やや傾向です
腹 囲	a 基準値以上	基準値以上です
腹 囲 / 身 長 比	a 基準値以上	基準値以上です
血 圧	a 高 値	高値です
総 コレステロール	a 高 値	高値です
HDL-コレステロール	a 基準値未満	基準値未満です
non-HDLコレステロール	a 高 値	高値です
A L T	a 高 値	高値です
ヘモグロビンA1c	a 高 値	高値です
糖 尿 病 既 往	b 正常高値	正常範囲内ですがやや高めです
	a 既往歴あり	引き続き専門医を受診してください

【受診者数と判定区分集計】

小児生活習慣病予防健診

性 別	受診者数	I 要受診	II 要指導	N 正 常
男 子	73	16	21.92	26 35.62
女 子	66	11	16.67	26 39.39
合 計	139	27	19.42	57 41.01
				55 39.57

貧血検査

性 別	受診者数	1 要受診	2 要再検	3 正 常
男 子				
女 子				
合 計				

※貧血検査の判定〔4：白血球再検〕は、「3 正常」の件数に含みます。

白血球数異常

【小児生活習慣病予防健診項目別判定集計】※

肥満度

性 別	検査人数	a	b	c	n	y
男 子	73	1	1.37	6	8.22	4 5.48
女 子	66	0	7	6	9.09	7 10.61
合 計	139	1	23	12	8.63	11 7.91

血圧

性 別	検査人数	a	n
男 子	73	3	4.11
女 子	66	4	6.06
合 計	139	7	5.04

腹囲

性 別	検査人数	a	n
男 子	73	21	28.77
女 子	66	5	7.58
合 計	139	26	18.71

腹囲/身長比

性 別	検査人数	a	n
男 子	73	21	28.77
女 子	66	8	12.12
合 計	139	29	20.86

血中脂質

性 別	検査人数	a	n
男 子	73	15	20.55
女 子	66	13	19.70
合 計	139	28	20.14

A L T

性 別	検査人数	a	n
男 子	73	12	16.44
女 子	66	0	
合 計	139	12	8.63

ヘモグロビンA1c

性 別	検査人数	a	b	n
男 子	73	0	19	26.03
女 子	66	0	8	12.12
合 計	139	0	27	19.42

糖尿病既往

性 別	検査人数	a	n
男 子	73	0	73
女 子	66	0	66
合 計	139	0	139

※【検査項目別判定】

項 目	判 定	n：正 常
肥 満 度	a 高度肥満	かなりの肥満です
	b 中等度肥満	肥満です
	c 軽度肥満	肥満ぎみです
	y や や せ	やや傾向です
腹 囲	a 基準値以上	基準値以上です
腹 囲 / 身 長 比	a 基準値以上	基準値以上です
血 圧	a 高 値	高値です
総 コレステロール	a 高 値	高値です
	a 基準値未満	基準値未満です
	a 高 値	高値です
	a 高 値	高値です
A L T	a 高 値	高値です
ヘモグロビンA1c	a 正常高値	正常範囲内ですがやや高めです
	b 既往歴あり	引き続き専門医を受診してください

【受診者数と判定区分集計】

小児生活習慣病予防健診

性別	受診者数	I 要受診	II 要指導	N 正 常
男子	1	0	0	1 100.00
女子	1	0	1 100.00	0
合計	2	0	1 50.00	1 50.00

貧血検査

性別	受診者数	1 要受診	2 要再検	3 正 常
男子				
女子				
合計				

白血球数異常

※貧血検査の判定〔4：白血球再検〕は、「3 正常」の件数に含みます。

【小児生活習慣病予防健診項目別判定集計】※

肥満度

性別	検査人数	a	b	c	n	y
男子	1	0	0	0	1 100.00	0
女子	1	0	0	1 100.00	0	0
合計	2	0	0	1 50.00	1 50.00	0

血圧

性別	検査人数	a	n
男子	1	0	1 100.00
女子	1	0	1 100.00
合計	2	0	2 100.00

腹囲

腹囲/身長比

性別	検査人数	a	n
男子	1	0	1 100.00
女子	1	0	1 100.00
合計	2	0	2 100.00

性別	検査人数	a	n
男子	1	0	1 100.00
女子	1	1 100.00	0
合計	2	1 50.00	1 50.00

血中脂質

A L T

性別	検査人数	a	n
男子	1	0	1 100.00
女子	1	0	1 100.00
合計	2	0	2 100.00

性別	検査人数	a	n
男子	1	0	1 100.00
女子	1	0	1 100.00
合計	2	0	2 100.00

ヘモグロビンA1c

性別	検査人数	a	b	n
男子	1	0	0	1 100.00
女子	1	0	0	1 100.00
合計	2	0	0	2 100.00

糖尿病既往

性別	検査人数	a	n
男子	1	0	1 100.00
女子	1	0	1 100.00
合計	2	0	2 100.00

※【検査項目別判定】

n：正 常

項目	判定
肥 満 度	a 高度肥満 かなりの肥満です
	b 中等度肥満 肥満です
	c 軽度肥満 肥満ぎみです
	y や やせ傾向です
腹 囲	a 基準値以上 基準値以上です
腹 囲 / 身 長 比	a 基準値以上 基準値以上です
血 圧	a 高 値 高値です
総 コレステロール HDL-コレステロール non-HDLコレステロール	a 高 値 高値です
	a 基準値未満 基準値未満です
	a 高 値 高値です
	a 高 値 高値です
A L T	a 高 値 高値です
ヘモグロビンA1c	a 正常 高値 正常範囲内ですがやや高めです
	b 既往歴あり 引き続き専門医を受診してください

(3) 令和7年度「健康相談室」等の実施状況

○「フォロー健康相談室」実施状況

実施回数：2回 実施時期：令和7年7月12日、7月26日

対象者：令和6年度の検診受診者で経過観察者（「I 要受診」「II 要指導」の判定を受けた者等）

定 員	学 年	申込み数	健康相談室 受診者	受診者内訳			(再掲) 食事チェックシ ートのみ作成
				判 定 区 分			
				I	II	N	
2才～ム 2回	小学5年	0 名	0 名	0 名	0 名	0 名	
	小学6年	22 名	20 名	9 名	11 名	0 名	2 名
	中学1年	3 名	3 名	1 名	2 名	0 名	1 名
	中学2年	3 名	3 名	2 名	1 名	0 名	0 名
	中学3年	0 名	0 名	0 名	0 名	0 名	0 名
定員24名	合計	28 名	26 名	12 名	14 名	0 名	3 名

○「健康相談室」実施状況

実施回数：5回 実施時期：令和8年1月17日、1月24日、2月7日、2月21日、3月7日

対象者：令和7年度の検診受診者で経過観察者（「I 要受診」「II 要指導」の判定を受けた者等）

定 員	学 年	申込み数	健康相談室 受診者	受診者内訳			(再掲) 食事チェックシ ートのみ作成
				判 定 区 分			
				I	II	N	
3才—ム 5回	小学5年	50 名	45 名	22 名	23 名	0 名	9 名
	小学6年	17 名	16 名	7 名	9 名	0 名	3 名
	中学1年	5 名	5 名	1 名	4 名	0 名	0 名
	中学2年	5 名	5 名	3 名	2 名	0 名	0 名
	中学3年	1 名	1 名	1 名	0 名	0 名	0 名
定員90名	合計	78 名	72 名	34 名	38 名	0 名	12 名

令和 7 年度小児生活習慣病予防検診結果に関する考察

わが国において小児肥満は 2006 年頃をピークに一時減少したが、2010 年代後半から再び増加傾向がみられている。その要因として、食生活の変化や身体活動量の低下、スマートフォン等のスクリーンタイムの増加、生活リズムの乱れなど、さまざまな要因が関与していると考えられている。

小児期の肥満は将来の成人肥満へ移行しやすく、学童期の肥満では約 40%、思春期の肥満では約 70~80%が成人肥満へ移行するといわれている。さらに、高血圧、脂質代謝異常、糖尿病、動脈硬化などの生活習慣病を経て、将来的に脳卒中や心疾患につながる可能性があるため、小児期のうちから適切に対応し、肥満を予防することが重要である。

以上を踏まえ、前年度の結果と比較しながら本年度の検診結果について考察する。

受診者数

令和 7 年度の受診率は 61.5%であり、令和 6 年度の 56.9%と比較して増加していた。

総合判定では、令和 7 年度の要受診は男子 10.41%、女子 11.51%、合計 10.94%、要指導は男子 29.78%、女子 23.02%、合計 26.55%であった。令和 6 年度は、要受診が男子 9.62%、女子 9.88%、合計 9.74%、要指導が男子 25.81%、女子 17.11%、合計 21.73%であり、これらと比較していずれも増加していた。特に要指導の割合は男子で高い傾向が認められた。

肥満

肥満度 20%以上の割合は、令和 7 年度では男子 13.09%、女子 7.68%、合計 10.51%であり、令和 6 年度の男子 10.62%、女子 6.72%、合計 8.79%と比較して増加していた。特に男子での増加が目立ち、男子においてより高い割合が認められた。一方、やせの割合は男子 4.07%、女子 7.31%、合計 5.62%であり、令和 6 年度の男子 4.77%、女子 5.91%、合計 5.30%と大きな変化はなかったが、女子でやや高い傾向が認められた。

腹囲／身長比

内臓脂肪の指標となる腹囲／身長比が 0.5 以上の割合は、令和 7 年度では男子 18.06%、女子 6.16%、合計 12.38%であり、令和 6 年度の男子 17.27%、女子 6.01%、合計 11.99%と比較して大きな変化は認められなかったが、いずれの指標においても男子の割合が女子より高く、男子では内臓脂肪型肥満の傾向がより強い可能性が示唆された。

血中脂質異常

令和 7 年度では男子 8.05%、女子 8.95%、合計 8.48%に異常が認められた。令和 6 年度の男子 8.72%、女子 9.84%、合計 9.24%と比較して大きな変化は認められなかった。

ALT

肝機能異常の指標となる ALT については、令和 7 年度では男子 6.16%、女子 1.61%、合計 3.98%であり、令和 6 年度の男子 7.08%、女子 1.74%、合計 4.57%と比較して概ね同程度であったが、男子の割合が女子より高い傾向が認められた。ALT の上昇は内臓脂肪蓄積に伴う脂肪肝の可能性を示唆することから、今後の生活習慣改善や経過観察が重要である。

ヘモグロビン A1c

糖代謝の指標となるヘモグロビン A1c については、正常範囲内でやや高値と判定された児童が令和 7 年度では男子 15.47%、女子 12.35%、合計 13.98%認められた。これは令和 6 年度の男子 6.45%、女子 4.00%、合計 5.30%と比較して増加していた。男女ともに増加がみられるものの、男子でやや高い割合が認められた。肥満の増加に伴うインスリン抵抗性が背景にある可能性が示唆された。

血圧

血圧の異常は令和 7 年度では男子 2.12%、女子 3.03%、合計 2.55%であり、令和 6 年度の男子 1.44%、女子 2.44%、合計 1.91%と比較してやや増加がみられた。女子でやや高い割合が認められたが、学童期の血圧測定は測定環境や緊張の影響を受ける場合もあるため、必要に応じて再測定や経過観察を行うことが望まれる。

総合考察

今回の検診結果では、肥満度 20%以上の割合が前年度と比較して増加しており、特に男子で増加が目立っていた。腹囲／身長比異常や ALT 異常についても男子で高い割合が認められ、男子では内臓脂肪型肥満の傾向がより強い可能性が考えられた。一方、やせの割合は女子でやや高い傾向が認められ、体格分布には男女で異なる傾向がみられた。

また、総合判定においても要受診および要指導の割合が前年度より増加しており、生活習慣に関連する健康上の問題を有する児童の割合が増加している可能性が示唆された。さらに、ヘモグロビン A1c 正常高値の児童が増加しているなど、糖代謝に関する指標についても今後注意深く観察していく必要がある。

小児期は生活習慣が形成される重要な時期であり、この時期の生活習慣は将来の健康状態に大きく影響すると考えられる。本検診は生活習慣病の危険因子を早期に把握し、児童および保護者が健康について関心を持つ契機となる重要な取り組みである。今後も学校、家庭、地域が連携し、児童の健全な生活習慣の形成と健康づくりを推進することが重要である。

本事業の意義を広く周知し受診率の向上を図るとともに、検診結果を踏まえた事後指導や生活習慣改善への支援を継続していくことが望まれる。

杉並区医師会 学校内科医 椿 英晴（文責）

資料編

小児生活習慣病予防検診のお知らせ

日頃より児童生徒の健康管理に御理解と御協力を賜り誠にありがとうございます。

近年、肥満、高脂血症、高血圧などの症状のある子どもが増えています。杉並区では、生活習慣病につながる危険因子を早期に発見し、子どもたちの将来にわたる健康づくりに役立てるため、小児生活習慣病予防検診を実施しております。(一緒に配布している「小児生活習慣病予防の手引き」をご覧ください)

今年度も、下記のとおり小児生活習慣病予防検診を実施いたしますので、ご案内申し上げます。

つきましては、全員、下記にご希望の有無を記載し、指定の期日までに学校に提出をお願いします。

記

- 1 対象 小学校5年生
- 2 検診項目 身長・体重・腹囲計測、血圧測定、血液検査(ヘモグロビンA1c、総コレステロール、HDLコレステロール、non-HDLコレステロール、肝機能、貧血)

3 検診日時

月	日	()	時	時頃
---	---	-----	---	----

4 実施方法

(1) 場所 児童が在籍している各学校

※保護者同伴での受診を希望する場合は、①11月1日(土)午後 ②11月15日(土)午前
③11月29日(土)午後実施する検診をお申込みください。場所は、①区役所 ②③セ
シオン杉並(裏面参照)です。

(2) 検診内容 医師が立ち会い、看護師等が血圧測定、腹囲測定、採血を行います。

※採血後、稀に痛みが発生する場合がありますが、通常は2~3日以内に消失します。採血部位を
強くこする、搔くなどの刺激を与えないようにしますが、入浴は差し支えありません。

(3) 検診結果 学校から児童に「結果票」を12月上旬にお渡しします。

※検診の結果、必要な方に、事後指導の「健康相談室」のご案内をいたします。

5 検診機関 東京都予防医学協会(新宿区市谷砂土原町1-2)

6 申込み方法

○ 全員、下記の希望調査用紙にご記入いただき、月 日()までに学校に提出してください。

○ 保護者同伴での検診を希望する方は、裏面の入力フォームからもお入力ください。

-----き り と り-----

【提出期限】保護者→学校 月 日()まで

全員回収

小児生活習慣病予防検診 希望調査票

小学校 5年 組 番 氏名

保護者氏名

1. 小児生活習慣病予防検診の受診を希望する場合は、いずれかに☒をご記入ください。
☐学校での検診を希望します ☐検診を希望しません
☐保護者同伴検診を希望します。⇒※裏面の入力フォームから必ず入力してください。
2. アルコール綿使用不可の場合、☒をご記入ください。⇒☐アルコール綿不可

【保護者同伴検診希望日時入力フォーム】

※保護者同伴での検診を希望する方のみ

2次元コード：



【入力期間】

7月1日（火）～9月30日（火）17時まで

定員になり次第締め切ります。



URL：<https://logofom.jp/form/Y4qR/1076718>

7 問合せ先 教育委員会事務局学務課児童健康支援担当 TEL 03-5307-0386

【保護者同伴検診実施会場アクセス】

①11月1日（土）午後2:00～3:00

《杉並区役所 中棟6階第4会議室》

住所：杉並区阿佐ヶ谷南1-15-1

【交通】●JR中央線「阿佐ヶ谷駅」徒歩7分

●地下鉄丸ノ内線「南阿佐ヶ谷駅」徒歩1分

※来場の際は、青梅街道側の「夜間・休日受付 時間外出入り口」から地下1階に入り、エレベーターで6階にお越しください。（当日は、土曜窓口サービス実施で1階の入り口は開いていますが、エレベーターは利用できないため、会場に来ることはできません。）

杉並区役所アクセス



②11月15日（土）午前10:00～11:00 ③11月29日（土）午後2:00～3:00

《セッション杉並 1階展示室》

住所：杉並区梅里1丁目22-32

【交通】●地下鉄丸の内線「東高円寺駅」徒歩5分

「新高円寺駅」徒歩7分

●関東バス 「杉並車庫前」徒歩5分

●都営・京王バス「セッション杉並前」徒歩2分

セッション杉並アクセス



ご来場の際は、駐車場（有料）には限りがありますのでなるべく公共交通機関をご利用ください。

小児生活習慣病予防検診のお知らせ

日頃より児童生徒の健康管理に御理解と御協力を賜り誠にありがとうございます。

近年、肥満、高脂血症、高血圧などの症状のある子どもが増えています。杉並区では、生活習慣病につながる危険因子を早期に発見し、子どもたちの将来にわたる健康づくりに役立てるため、小児生活習慣病予防検診を実施しております。（一緒に配布している「小児生活習慣病予防の手引き」をご覧ください）

今年度も、下記のとおり小児生活習慣病予防検診を実施いたしますので、ご案内申し上げます。

つきましては、全員、以下の2次元コードまたはURLより入力フォームにご希望の有無、必要事項をご入力くださいますようお願いいたします。

記

- 1 対 象 小学校5年生
- 2 検診項目 身長・体重・腹囲計測、血圧測定、血液検査（ヘモグロビン A1 c、総コレステロール、HDL コレステロール、non-HDL コレステロール、肝機能、貧血）
- 3 検診日時

月 日（ ） 時～ 時頃
- 4 実施方法
 - (1)場 所 児童が在籍している各学校
 ※保護者同伴での受診を希望する場合は、①11月1日(土)午後 ②11月15日(土)午前 ③11月29日(土)午後 に実施する検診をお申込みください。場所は、①区役所 ②③セシオン杉並（裏面参照）です。
 - (2)検診内容 医師が立ち会い、看護師等が血圧測定、腹囲測定、採血を行います。
 ※採血後、稀に痛みが発生する場合がありますが、通常は2～3日以内に消失します。採血部位を強くこする、搔くなどの刺激を与えないようにしますが、入浴は差し支えありません。
 - (3)検診結果 学校から児童に「結果票」を12月上旬にお渡しします。
 ※検診の結果、必要な方に、事後指導の「健康相談室」のご案内をいたします。
- 5 検診機関 東京都予防医学協会（新宿区市谷砂土原町1－2）
- 6 申込み方法 ○ 全員、下記の①希望調査入力フォームに、検診の希望の有無等をご入力ください。
 ○ 保護者同伴での検診を希望する方は、裏面の②保護者同伴検診希望日時入力フォームにもご入力ください。（必ず2つ入力）

全員【①希望調査入力フォーム】

2次元コード：

各校で作成の
2次元コード
を貼り付ける

【入力期間】

月 日（ ）～ 月 日（ ） 時まで

URL：

各校でURLを貼り付ける

全員、入力をお願いします。



【②保護者同伴検診希望日時入力フォーム】

※保護者同伴での検診を希望する方のみ

2次元コード:



【入力期間】

7月1日（火）～9月30日（火）17時まで

定員になり次第締め切ります。



URL : <https://logoform.jp/form/Y4gR/1076718>

7 問合せ先 教育委員会事務局学務課児童健康支援担当 TEL 03-5307-0386

【保護者同伴検診実施会場アクセス】

杉並区役所アクセス

①11月1日（土）午後2:00～3:00

《杉並区役所 中棟6階第4会議室》

住所：杉並区阿佐ヶ谷南1-15-1

【交通】●JR中央線「阿佐ヶ谷駅」徒歩7分

●地下鉄丸ノ内線「南阿佐ヶ谷駅」徒歩1分



※来場の際は青梅街道側の「夜間・休日受付 時間外出入り口」から地下1階に入り、エレベーターで6階にお越しください。（当日は、土曜窓口サービス実施で1階の入り口は開いていますが、エレベーターは利用できないため、会場に来ることはできません。）

②11月15日（土）午前10:00～11:00 ③11月29日（土）午後2:00～3:00

《セシオン杉並 3階 第8～10集会室》

住所：杉並区梅里1丁目22-32

【交通】●地下鉄丸の内線「東高円寺駅」徒歩5分

「新高円寺駅」徒歩7分

●関東バス 「杉並車庫前」徒歩5分

●都営・京王バス「セシオン杉並前」徒歩2分

セシオン杉並アクセス



ご来場の際は、地下駐車場（有料）には限りがありますのでなるべく公共交通機関をご利用ください。

小児生活習慣病予防健診
結果票

9999991
学 校 名 : 予防区立 予防小学校
学 年 組 : 5年1組
氏 名 : 予防 A
性別・年齢 : 男 10 歳

健診月日 : 2021年11月1日
受診番号 : 1

健診機関

公益財団法人 東京都予防医学協会
〒162-8402
東京都新宿区市谷砂土原町1-2
(保健会館)

電話 03-3269-1131

<判定区分>

【N】 正常
今回の健診結果では特に異常はありませんでした。現在のよい状態を続けるよう心がけてください。

検査項目		検査結果	項目判定
身体計測	身長	139.9 cm	
	体重	36.5 kg	
	腹囲	57.8 cm	n : 正常範囲内です
	肥満度	5.12 %	n : 正常体格群です
	腹囲 / 身長比	0.4	n : 正常範囲内です
血圧	収縮期 (最高)	101 mmHg	n : 正常範囲内です
	拡張期 (最低)	55 mmHg	
血中脂質	総コレステロール	169 mg/dL	n : 正常範囲内です
	HDLコレステロール	68 mg/dL	n : 正常範囲内です
	non-HDLコレステロール	101 mg/dL	n : 正常範囲内です
肝機能	ALT (GPT)	17 U/L	n : 正常範囲内です
糖尿病	ヘモグロビンA1c	5.4 %	n : 正常範囲内です
糖尿病既往		なし	n : 既往はありません

貧 血 検 査

<判定区分>

【3】 正常
異常ありません。

検査項目	検査結果	検査項目	検査結果
白血球数 (WBC)	8400 /mm ³	平均赤血球容積 (MCV)	85.1 fL
赤血球数 (RBC)	491 万/mm ³	平均赤血球血色素量 (MCH)	29.1 pg
血色素量 (Hgb)	14.3 g/dL	平均赤血球血色素濃度 (MCHC)	34.2 %
赤血球容積比 (Hct)	41.8 %		

基準値を外れる結果値の前にアスタリスク (*) を表示しています。各検査項目の基準値 (目安) は裏面に記載してあります。

※生活習慣病 (狭心症・心筋梗塞・脳卒中・脂質異常症・高血圧・糖尿病 (Ⅱ型)・肥満等) は、家族的な傾向があります。ご家族 (祖父母まで) の中に生活習慣病の方がいる場合には、今回の健診で『正常』でも、正しい生活習慣 (食生活・運動・生活リズム等) を心がけ、また、問題がある場合には、特に正しい生活習慣を心がけてください。

なお、今回の健診で基準値の範囲に入っていないと病気を考える必要はありませんので、上記の『判定』に従ってください。
ご不明な点がありましたら学校の保健室または、(公財) 東京都予防医学協会までお問い合わせください。

基準値

小児生活習慣病予防健診

肥満(肥満度)

肥満度は、年齢・性別・身長別の標準体重より算出します。

肥満度(%)	判定
50.0%以上	a 高度肥満
30.0 ~ 49.9%	b 中等度肥満
20.0 ~ 29.9%	c 軽度肥満
-19.9 ~ 19.9%	n 正常
-20.0%以下	y やせ

腹囲

腹囲	基準値
小学生	74.9 cm 以下
中学生 高校生	79.9 cm 以下
腹囲/身長比	基準値
小学生 中学生 高校生	0.5 未満

判定 a：基準値以上 n：正常範囲内
いずれか1項目以上がaのとき有所見

血圧

	基準値
	収縮期(最高) 拡張期(最低)
小学生	134 mmHg 以下 79 mmHg 以下
中学生女子	134 mmHg 以下 79 mmHg 以下
中学生男子	139 mmHg 以下 84 mmHg 以下
高校生	139 mmHg 以下 84 mmHg 以下

判定 a：高値 収縮期・拡張期の一方または両方が基準値以上
n：正常 収縮期・拡張期の両方が基準値以下

血中脂質

	基準値
総コレステロール	219 mg/dL 以下
HDLコレステロール	40 mg/dL 以上
non-HDLコレステロール	149 mg/dL 以下

判定 a：基準値外 n：正常範囲内
いずれか1項目以上がaのとき有所見

肝機能

ALP (GPT)	基準値
29 U/L 以下	

判定 a：高値 n：正常範囲内

糖尿病

ヘモグロビンA1c	判定
6.5%以上	a 高値
5.7~6.4%	b 正常範囲内やや高め
5.6%以下	n 正常範囲内

※ヘモグロビンA1c(エーワンシー)は、過去1~2ヶ月前の平均血糖値を反映する値です。

糖尿病既往	判定
あり	a 引き続き専門医を受診
なし	n 既往なし

貧血検査

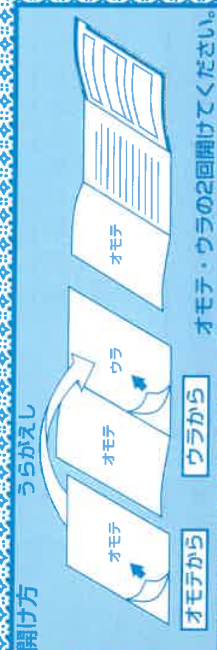
性別・年齢別の基準値

性別	年齢	血色素量 (g/dL)	赤血球数 (万/mm ³)	平均赤血球容積 (fL)
男子	6~12	11.6~16.0	371~600	
	13~14	12.1~17.0		
	15	12.6~18.0	381~629	75.0~99.9
	16~	13.1~18.0		
女子	6~12	11.6~16.0	371~600	
	13~	12.0~16.0	371~549	

〒162-8402

東京都新宿区市谷砂土原町1-2

公益財団法人 東京都予防医学協会



この部分から矢印方向にゆっくりはがして中をご覧ください。

小児生活習慣病予防健診の判定について（2019年度改訂）

【項目別判定基準】

糖尿病

①	糖尿病既往	a(既往あり)	n(既往なし)
		あり	なし

②	HbA1c (%) (酵素法)	a(高値)	b(正常高値)	n(正常)
		≥6.5	5.7～6.4	≤5.6

身体計測

③	肥満度 (%)	a(高度肥満)	b(中等度肥満)	c(軽度肥満)	n(正常)	y(やせ)
		≥50	30～49.9	20～29.9	-19.9～19.9	≤-20

④	腹囲(cm)	小学生	a(基準値以上)	n(正常)
		中・高校生	≥75	<75
⑤	腹囲/身長比	小・中・高校生	≥80	<80
			≥0.5	<0.5

血圧測定 (mmHg)

⑥	小学生	収縮期	a(高値)	n(正常)
	中学生女子	拡張期	≥135	<135
	中学生男子	収縮期	≥80	<80
	高校生	拡張期	≥140	<140
			≥85	<85

血中脂質 (mg/dl)

⑦	総コレステロール	a(高値)	n(正常)
		≥220	<220
⑧	HDLコレステロール	a(基準値未満)	n(正常)
		<40	≥40
⑨	non-HDLコレステロール	a(高値)	n(正常)
		≥150	<150

肝機能 (u/l)

⑩	ALT(GPT)	a(高値)	n(正常)
		≥30	<30

【総合判定】

判定区分		判定基準	指導コメント
I	要受診	①が(a)	引き続き専門医を受診してください
		②が(a) ※ただし①が(n)	専門医に相談してください
		③が(a)または(y)	
		③が(b)または(c) ⇒ ④⑤いずれか(a) ⇒ ⑦⑧⑨⑩のいずれか1項目が(a)	
		⑥が(a)	
II	要指導	②が(b)	生活習慣の見直しのため、学校の先生や医師などと相談し、事後指導を受けてください。なお、必要に応じて再度検査を受けてください
		④⑤いずれか(a)	
		⑦⑧⑨⑩のいずれか1項目が(a)	
N	正常	すべての項目が(n)	今回の健診結果では特に異常はありませんでした。現在のよい状態を続けるよう心がけてください

検査別判定コメント一覧

判定区分		個人通知のコメント
糖尿病既往	a(既往あり)	引き続き専門医を受診してください
	n(既往なし)	既往はありません
HbA1c(%) (酵素法)	a(高値)	高値です
	b(正常高値)	正常範囲内ですがやや高めです
	n(正常)	正常範囲内です
肥満度(%)	a(高度肥満)	かなりの肥満です
	b(中等度肥満)	肥満です
	c(軽度肥満)	肥満ぎみです
	n(正常)	正常体格群です
	y(やせ)	やせ傾向です
腹囲(c m)	a(基準値以上)	基準値以上です
	n(正常)	正常範囲内です
腹囲/身長比	a(基準値以上)	基準値以上です
	n(正常)	正常範囲内です
血圧測定	a(高値)	高値です
	n(正常)	正常範囲内です
総コレステロール	a(高値)	高値です
	n(正常)	正常範囲内です
HDLコレステロール	a(基準値未満)	基準値未満です
	n(正常)	正常範囲内です
non-HDLコレステロール	a(高値)	高値です
	n(正常)	正常範囲内です
ALT(GPT)	a(高値)	高値です
	n(正常)	正常範囲内です

(2)「健康相談室」に関する資料

資料4-①

【両面】

食 事 調 査 票

作成日			フリガナ				
学校			組	氏名			生年月日
						性別	年齢
						身長	体重

◆お子様の平均的な一週間の朝・夕食の内容についてお伺いします。(昼食は除きます)

() 内に数字を記入し、あてはまるものに○をつけてください。

〈記入例〉・毎日食べる場合は、“週に7回” ・月に1回食べる場合は、“週に0.25回”

※Qは入力フォーム上の番号

質		問	
1	食物アレルギーはありますか？	Q15	Q16 ある 卵 ・ 牛乳 ・ () ない
2	朝・夕の食事に魚、魚加工品をどのくらい食べますか。回数と量を教えてください。 (かまぼこ、さつまあげ等を含む) 魚は切り身1切(80g～100g)を普通とします。	Q17	朝 週に()回 量
		Q18	夕 週に()回 量
3	朝・夕の食事に肉、肉加工品をどのくらい食べますか。回数と量を教えてください。 (ハム、ソーセージ等を含む) 肉は薄切り3枚(60g～70g)を普通とします。	Q19	朝 週に()回 量
		Q20	夕 週に()回 量
4	魚や肉は脂の多いものと少ないものとどちらを多く食べますか？	Q21	魚
		Q22	肉
5	卵はどのくらい食べますか？	Q23	□ 週に()回
6	大豆、大豆製品をどのくらい食べますか？ 納豆は、1個(40g)とします。 ※その他(油揚げ、厚揚げ、煮大豆、豆乳等)	Q24	豆 腐 □ 週に()丁
		Q25	納 豆 □ 週に()個
		Q26	みそ汁 □ 週に()杯
		Q27	その他
7	牛乳をどのくらい飲みますか？ 1本＝200ml (コーヒー牛乳等は除く、給食は除く)	Q28	普通牛乳 □ 週に()本
		Q29	低脂肪 □ 週に()本
8	乳製品はどの位食べますか？(乳酸菌飲料除く) ヨーグルトは1個(100g) チーズは三角チーズ(25g)を1個とします。	Q30	ヨーグルト □ 週に()個
		Q31	チーズ □ 週に()個
9	海藻類(わかめ、海苔、ひじき、昆布等)はどのくらい食べますか？	Q32	□ 週に()回 量
10	朝・夕の食事に緑黄色野菜(ニンジン、ホウレンソウ、トウモロコシ他)をどのくらい食べますか？ 緑黄色野菜は、刻んで片手1/2杯位(30g～40g)を普通とします。	Q33	朝 週に()回 量
		Q34	夕 週に()回 量
11	朝・夕の食事に淡色野菜(キャベツ、大根、白菜、ホウレンソウ他 きのこ類を含む)をどの位食べますか？ 淡色野菜は、刻んで片手1杯位(70g～8g)を普通とします。	Q35	朝 週に()回 量
		Q36	夕 週に()回 量
12	果物は食べますか。リンゴは大1/2個、バナナは1本、シソは中3個を1回分とします。	Q37	□ 週に()回
13	主食はどのくらい食べますか。 ・ご飯 中茶碗1杯＝150g ・バターロール2個＝食パン6枚切り1枚分 ・菓子パン(中華まん・ドーナツ・ピザ等を含む) ・和麺1玉(240g)を1回分とする ・中華麺1玉(120g)を1回分とする ・スパゲティ茹でる前(100g)を1回分とする おもち(1個＝50g) ジョフレック(1人前＝40g)	Q38	朝 中茶碗()杯を週に()回
		Q39	夕 中茶碗()杯を週に()回
		Q40	朝 () () 枚を週に()回
		Q41	夕 () () 枚を週に()回
		Q42	主食として〈菓子パン〉 週に()個
		Q43	〈和 麺〉 □ 週に()回
		Q44	〈中 華 麺〉 □ 週に()回
		Q45	〈スパゲティ〉 □ 週に()回
Q46	〈そ の 他〉 () を週に() g		

14	パンを食べるときは	バター・マーガリンをどの位つけますか	Q47	☐ 厚くつける ☐ 普通 ☐ 薄くつける			☐ つけない
		ジャムや蜜をどの位つけますか	Q48	☐ 厚くつける ☐ 普通 ☐ 薄くつける			☐ つけない
		その他（ ）	Q49	☐ 厚くつける ☐ 普通 ☐ 薄くつける			☐ つけない
15	いも類は、どのくらい食べますか。 ジャガイモ小1個(50g)を1個とします。		Q50	☐ 週に（ ）個			
16	料理に砂糖・みりんをどの位使いますか。		Q51	☐ たっぶり使う ☐ 普通に使う ☐ 少し使う			☐ ほとんど使わない
17	油を使用した料理をどのくらい食べますか。	Q52	揚げ物	☐ 週に（ ）回			
		Q53	炒め物	☐ 週に（ ）回			
		Q54	ドレッシング	☐ 週に（ ）回			
		Q55	マヨネーズ	☐ 週に（ ）回			
		Q56	カレー・シチュー	☐ 週に（ ）回			
		マヨネーズ、ドレッシングは1回にどの位使いますか。 大さじ軽く1杯を普通とします。	Q57	☐ たっぶり使う ☐ 普通 ☐ 少し使う ☐ 使わない			
18	おやつや夜食についてお伺いします。 何をどのくらい食べますか。 ※大袋を1袋とします。 ※右の項目で書ききれない場合は、 この欄に書いてください。	Q58	菓 子 パ ン	☐ 週に（ ）個			
		Q59	ハッパ-カ-	☐ 週に（ ）個			
		Q60	フライト`ホ`テト	☐ 週に（ ）個			
		Q61	クッキー(ビ`スケツト)	☐ 週に（ ）枚			
		Q62	せ ん べ い	☐ 週に（ ）枚			
		Q63	ス ナ ッ ク 菓 子	☐ 週に（ ）袋			
		Q64	ア イ ス ク リ ー ム	☐ 週に（ ）個			
		Q65	お に ぎ り	☐ 週に（ ）個			
		Q66	イ ス タ ャ ッ ト 麵	☐ 週に（ ）個			
		Q67	その他（ ）		☐ 週に（ ）個		
19	嗜好飲料(サイ`-、ソー等)は、 どのくらい飲みますか。 乳酸菌飲料は、1個を65mlとします。	Q68	ジュース、コ`ヒ-牛乳、炭酸飲料	☐ 週にコップ（ ）杯飲む			
		Q69	乳酸菌飲料	☐ 週に（ ）個飲む			
		Q70	スポーツ飲料	☐ 週にコップ（ ）杯飲む			
20	あなたの家庭の味付けは、学校給食と比べてどうですか。		Q71	☐ うすい ☐ 同じくらい		☐ 濃い	

学校給食について、あてはまるものに○をつけてください。

1	給食はどのくらい食べますか。	Q72	☐ 大盛り又はおかわりする		☐ 普通		☐ 残 す	
2	食べ方はどうですか。		☐ 早 い		☐ 普通		☐ 遅 い	
3	牛乳は飲みますか。		☐ おかわりする		☐ 全部飲む		☐ 残 す ☐ 飲まない	

外食等の状況についてお伺いします。（ ）内に数字を記入し、あてはまるものに○をつけてください。

1	この1ヵ月に外食、出前、宅配、テイクアウトで食事をした回数を教えてください。	Q73	☐ ファーストフード(ハッパ-ガ-等) 月に（ ）回		
		☐ ファミリーレストラン等			
		Q74 ①和食	月に（ ）回	Q75 ②洋食	月に（ ）回
		Q76 ③中華	月に（ ）回	Q77 ④寿司	月に（ ）回
		Q78 ⑤焼肉	月に（ ）回	Q79 ⑥ピザ	月に（ ）回
		Q80 ⑦その他()		月に（ ）回	
2	この1週間の食事で、デパートやスーパー、コンビニ等で購入したお弁当やお惣菜を使用しましたか。	Q81	週に（ ）使用		

日頃の食事についてご質問がありましたら、お書きください。Q82

--

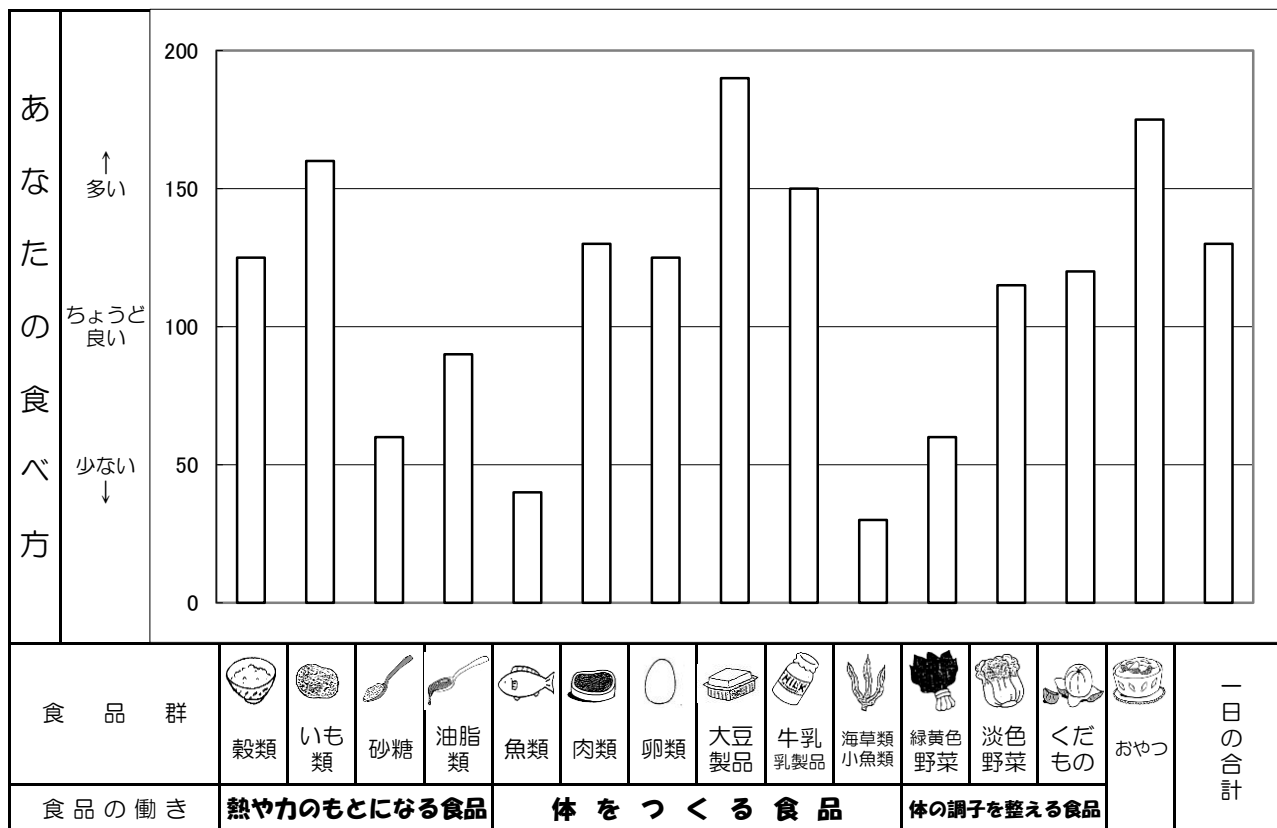
食生活チェックシート

杉並区教育委員会
すぎなみ栄養と食の会

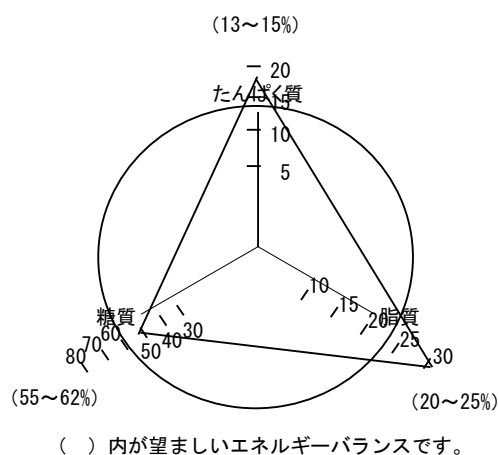
杉 並 太 郎 様

年 月 日

- 記入していただいた食事調査票をもとに、作成しました。今後の食生活の参考にしてください。
- あなたにとって必要なエネルギーは、約 2,000 kcal(千カロリー)です。
- あなたの食べ方のバランスは？



- エネルギーをどんな種類の栄養素から、どれくらいとっているのでしょうか？
下図のグラフで、1日における摂取エネルギーのたんぱく質、脂質、糖質の割合を見ると・・・



<アドバイス>

あなたは、大豆製品を多めにとっています。大豆製品は、体に良い働きがたくさんありますが、多すぎるのも全体のバランスが崩れ、好ましくありません。
おやつも食べすぎですので、摂取を控えましょう。

『1日約2000kcalの食品の目安量』と『おやつのエネルギーガイド』を参考にしてください。

1 日の生活習慣と運動に関するアンケート

フリガナ

氏 名

性別

年齢

質		問	
1	Q 19	平日の生活リズムについてお伺いします。下記の事項を該当する時間の下に縦書きで記入してください。 〈記入事項例〉 起床、朝食、登校、帰宅、おやつ、遊び、運動、勉強、夕食、塾、テレビ、就寝、その他（夜食等） 午前5時 6 7 8 9 12 午後1時 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12時 午前1時	
2	Q 20	運動することは、好きですか。	
		①好き ②好きではない ③どちらとも言えない	
3	Q 21	運動は、活発に行いますか。	
		①活発に行う ②普通 ③あまり活発ではない	
4	Q 22	片道の通学時間はどのくらいですか。	
		①10分未満 ②10分台 ③20分台 ④30分以上	
5	Q 23	学校の中休み（20分休み）やお昼休みに校庭等で体を動かして遊んでいますか。	
		①よく遊んでいる ②時々、遊んでいる ③あまり遊んでいない	
6	Q 24	放課後、屋外（体育館等を含む）で、体を動かす時間はどのくらいですか。	
		①30分未満 ②30分～1時間 ③1～2時間 ④2時間以上 Q25（ ）	
7	Q 26	学校が休みの時、屋外（体育館等を含む）で、体を動かす時間はどのくらいですか。	
		①1時間未満 ②1～3時間 ③3～5時間 ④5時間以上 Q27（ ）	
8	Q 28	親子で一緒に屋外（体育館等を含む）で、体を動かす機会がありますか。	
		①ある Q29（ ） ②ない	
9	Q 30	運動系のクラブや習い事（スイミング等）に所属していますか。所属している場合は、運動の種類と活動回数についても記入してください。	
		①所属している Q31（ ） ②所属していない	
10	Q 32	学習塾や文化系の習い事に通っていますか。通っている場合は、日数についても記入してください。	
		①通っている Q33（ ） ②通っていない	
11	Q 34	平日	①1時間未満 ②1～3時間 ③3～5時間 ④5時間以上 ⑤使用しない
		休日	①1時間未満 ②1～3時間 ③3～5時間 ④5時間以上 ⑤使用しない
【保護者より特記事項】 Q36			

「健康相談室」等の事後指導をお受けになる保護者様へ

「家族歴調査票」

健康相談の参考とするために、以下のご病気と診断されたご家族の有無についてお聞きますので、ご了承のほどよろしくお願いいたします。

ご家族の方で、次の病気と診断されたものがありましたら、該当欄に○印をつけてください。

区 分	狭心症	心筋梗塞	脳卒中	高脂血症	糖尿病	高血圧	該当なし
父 親							
母 親							
祖父母							
兄弟姉妹							

※1 「高脂血症」とは、血液の中の脂肪分（コレステロールや中性脂肪）が多くなった状態をいいます。

※2 「兄弟姉妹」は、本人の兄弟姉妹です。

令和7年度「健康相談室」及び「フォロー健康相談室」相談員従事者一覧

No.	担当	氏名 (50音順)	所属
1	スーパー バイザー (小児専門医)	瀧浦 俊彦	杏林大学医学部付属病院 小児科
2		原 光彦	和洋女子大学 家政学部 健康栄養学科 (教授)
3	医学相談	井上 史彦	杉森中学校 学校医
4		長田 厚	荻窪小学校 学校医
5		柿田 豊	中瀬中学校 学校医
6		神田 裕	桃井第四小学校 学校医
7		勝部 令子	杉並第七小学校 学校医
8		小口 美香	桃井第五小学校 学校医
9		多田 光	和田小学校 学校医
10		近田 照己	浜田山小学校 学校医
11		保田 典子	杉並第三小学校 学校医
12		椿 英晴	井草中学校 学校医
13		吉岡 早苗	宮前中学校 学校医
14	栄養相談	中村 直美	元すぎなみ栄養と食の会 栄養士
15		上田 昌子	
16		長田 可枝	
17		篠田 幸恵	
18		中平 照子	
19		深津 恵子	栄養士
20	運動相談 および 運動体験コー ナー 運動指導	小貫 晴信	杉並区スポーツ推進委員
21		勝部 年子	杉並区スポーツ推進委員
22		佐藤 準	杉並区スポーツ推進委員
23		島田 千代子	杉並区スポーツ推進委員
24		田中 剛	杉並区スポーツ推進委員
25		月浦 博利	杉並区スポーツ推進委員
26		西島 肇	杉並区スポーツ推進委員
27		松岡 昇	杉並区スポーツ推進委員
28		中田 裕	杉並区スポーツ推進委員
29		小川 佳代子	すぎなみスポーツアカデミー修了者
30		糟谷 直美	すぎなみスポーツアカデミー修了者
31		小松 一彦	すぎなみスポーツアカデミー修了者
32		佐々木 文子	すぎなみスポーツアカデミー修了者
33		鳥巢 由美子	すぎなみスポーツアカデミー修了者
34		町田 信義	すぎなみスポーツアカデミー修了者
35		松戸 紀公子	すぎなみスポーツアカデミー修了者
36		三宅 慎子	すぎなみスポーツアカデミー修了者

参 考 文 献

1. 東京都杉並区保健医療審議会「区民の健康づくりについて（答申）」杉並区 16. 1981
2. 村田 光範 「成人病およびその予備群」（治療 37:3164）1984
3. 塩田 康夫 「小児の高血圧スクリーニングについて」（小児科診療 46:983）1983
4. 常俊 義三他「高脂血症小児の生活指導指針に関する研究」
5. 村田 光範 「高脂血症」（小児科MOOK No. 42, 60）（株）金原出版 1986
6. 大島 久明 「血清コレステロール値にもとづく栄養指導、健康教育とその成果（第 18 回全国学校保健学校医大会 大会誌 67） 1988
7. 大国 真彦 「学校医マニュアル」（第 2 版）、文光堂、1990
8. 村田 光範 「子どもの高血圧と成人病予防」（Health Care 21）
財団法人 予防医学事業中央会、1985
9. 馬場 一雄、小林 登、村田 光範「小児成人病」（小児科MOOK No. 47）
金原出版（株）1987
10. 岡田 知雄、大国 真彦、梁 茂雄「小児成人病」（小児保健研究 Vol. No. 3）1991
11. 東京都教育委員会「『小児成人病』のための指導資料」東京都教育委員会、1991
15. 杉並区学校保健会「杉並区内児童・生徒の小児成人病予防に関する調査〔Ⅲ〕昭和 63 年度」杉並区教育委員会、1989
16. 杉並区医師会、杉並区教育委員会「小児成人病予防検診結果について」
平成 4 年度～平成 10 年度 杉並区医師会、杉並区教育委員会
17. 岡田 知雄 「小児肥満における最近の認識と治療」（小児科 35:123）1994
18. 神田 裕 「小児生活習慣病健診の現状」 小児保健研究
vol. 72 No. 5, 2013. 9 : 644-648
20. 村田 光範、原 光彦、岡田 知雄 「小児生活習慣病予防健診」
公益財団法人 東京都予防医学協会年報 2020 年版 第 49 号 39-47
21. 原 光彦、村田 光範、岡田 知雄 「杉並区小児生活習慣病予防健診の実施成績」
公益財団法人 東京都予防医学協会年報 2021 年版 第 50 号 49-53
22. 岡田 知雄 杉並区学校保健会特別講演会「コロナ禍における小児生活習慣病予防検診の意義と今後の展望」杉並区教育委員会、令和 3 年 7 月
23. 村田 光範、原 光彦、岡田 知雄 「小児生活習慣病予防健診」
公益財団法人 東京都予防医学協会年報 2022 年版 第 51 号 39-47
24. 原 光彦、村田 光範、岡田 知雄 「杉並区小児生活習慣病予防健診の実施成績」
公益財団法人 東京都予防医学協会年報 2023 年版 第 52 号 41-54
25. 岡田 知雄「保健会館クリニックの医師がお答えします！」
公益財団法人 東京都予防医学協会冊子「よぼう医学」2022 年冬号
26. 原 光彦、村田 光範、岡田 知雄 「小児生活習慣病予防健診」
公益財団法人 東京都予防医学協会年報 2024 年版 第 53 号 43-56
27. 原 光彦 「小児生活習慣病予防健診」
公益財団法人 東京都予防医学協会年報 2025 年版 第 54 号 43-56

お わ り に

平成4年度より開始された杉並区の小児生活習慣病予防検診では、検診とともに、その事後指導として、医学・栄養・運動の個別相談と運動体験からなる「健康相談室・フォロー健康相談室」を杉並区医師会の協力の下で実施し、杉並区の児童・生徒の健康づくりの推進を図っています。

令和7年度の杉並区医師会による検診結果に関する考察からは、小学校5年生における判定結果で要指導、要受診の割合が令和6年度に比べて増加したことについて、生活習慣に関連する健康上の問題を有する児童の割合が増加している可能性が示唆されました。また、昨年度と比べ肥満度20%以上の児童の割合が増加し、HbA1c高値と判定された児童が、令和3年度1.15%、令和4年度2.33%、令和5年度4.23%、令和6年度5.3%、令和7年度13.98%と増加していることから、肥満の増加によるインスリン抵抗性が背景にある可能性が示唆され、次年度以降も注意深く観察していくことの必要性があげられました。更に、小学校5年生の受診率については、令和6年度56.9%、令和7年度61.5%と増加は見られましたが、今後も小児生活習慣病予防検診の意義を十分に保護者に伝えることが必要とのご提言もいただきました。

今後も、児童・生徒の生活習慣病のリスクを早期に把握するとともに、児童・生徒が自らの健康に関心を持ち、生活習慣の改善、生涯にわたる健康づくりに役立てるため、本事業についての普及啓発、事業内容の改善を重ねてまいります。

最後に、本事業の実施にあたり、多大なご指導をいただきました杏林大学医学部附属病院小児科医 瀧浦俊彦先生及び和洋女子大学家政学部健康栄養学科 原光彦教授に厚く御礼申し上げます。

また、各学校長、養護教諭、検査部門の委託先である公益財団法人東京都予防医学協会、杉並区「健康相談室」及び「フォロー健康相談室」でご指導いただきました杉並区医師会の学校内科医、栄養士（元すぎなみ栄養と食の会等）、杉並区スポーツ推進委員及びすぎなみスポーツアカデミー修了者の皆様、そして、日本レクリエーション協会のご支援・ご協力に心より感謝申し上げます。

杉並区教育委員会

杉並区小児生活習慣病予防検診結果について
(令和7年度)

令和8年6月発行

登録印刷物番号

08-0022

編 集 一般社団法人 杉並区医師会
杉並区教育委員会
発 行 杉並区教育委員会事務局学務課
杉並区阿佐谷南一丁目15番1号
電 話 (03) 3312-2111 (代)