

エコチルベビー&キッズ

撮っておきフォト

※2015年6月21日までにご応募いただいた方から選ばせていただきました。

こちらには参加者様からのご投稿写真を掲載しております。
個人情報保護の観点から、
このコーナーのホームページへのアップロードは
控えさせていただきます。

petit-recipe
ぷ・ち・レ・シ・ピ

エコチルキッズに
おすすめおやつ
ご紹介!!

チヂミ【卵、小麦粉不使用】

小麦アレルギーや卵アレルギーの方も楽しめるよう、上新粉を使用し、通常加える溶き卵も使用しないレシピです。上新粉を使用する効果でもちもちした食感が楽しめます。

今は1年中出回るニラですが、6月から8月にかけては香りがよく、柔らかで、旬の美味しさが味わえます。おやつに使用することで、野菜が苦手なお子様にも受け入れやすいレシピかもしれません。

- ①ニラは3cmくらいに切っておく。
- ②上新粉と水を混ぜたところに、①、豚ひき肉、ちりめん、塩を入れざっくりと混ぜ合わせる。
- ③フライパンかホットプレートにごま油を入れ、②の生地を流し入れ、両面を焼く。
- ④皿に取り出し、ソースをかけてできあがり。

大人の方は好みでソースをポン酢にしたり、コチジャンを加えても美味しいですよ。
※生地の固さは水の量で調整しましょう。

エネルギー101kcal・たんぱく質3.6g・脂質2.7g・炭水化物14.5g・塩分0.4g

【協力】いわき市保健所 地域保健課

☆撮っておきフォトコーナーに掲載する写真を募集しています。
お子さんのお名前・年齢(月齢)・応募者のお名前・ご住所・一言メッセージを添えて下記アドレスにメールでお送りください。

☆みなさまの「声」をお聞かせください。
エコチル調査に関する質問・疑問、本誌へのご感想やご要望などなんでもお気軽にお寄せ下さい。

eco Chile@fmu.ac.jp

※お送りいただいた写真は返却いたしません。
※皆様からお寄せいただいた情報は本企画以外には一切使用しません。
※話面の都合上、掲載できない場合がございます。ご了承下さい。

編集後記

今号は「子どもの風邪」について詳しく紹介いたしました。さまざまな種類の風邪をひくことで丈夫になるなんて、人間の体はすごいですね。参考にさせていただけたら幸いです。

今年度の「エコチル☆ふくしま通信」は年4回の発行を予定しております。これからもみなさまのお役に立つ紙面づくりを目指してまいりますので、今後とも「エコチル☆ふくしま通信」をよろしく願っています。

スタッフ一同

■ 調査の一般的な内容に関するお問い合わせ先
▶ エコチル調査福島専用コールセンター
☎0120-327-735
平日(土・日・祝日を除く) | 9:00~17:00 |
http://www.ecochil-fukushima.jp
エコチル ふくしま 検索

■ 福島ユニットセンターへのお問い合わせ先

- ・ 福島本部事務所 (県北・相双地域)
TEL. 024-547-1449
〒960-1295 福島市光が丘1(福島県立医科大学内)
- ・ 郡山事務所 (県中・県南・会津・いわき地域)
TEL. 024-983-4780
〒963-8024 郡山市朝日三丁目6-4 レジデンス朝日 第2ビル2階

環境省 Ministry of the Environment
国立研究開発法人 国立環境研究所
公益財団法人 福島県立医科大学

Japan Eco&Child Study

エコチル ぷくしま 通信

2015年 夏号

発行/エコチル調査福島ユニットセンター

10万人を一度に見ることが出来る顕微鏡

エコチル調査福島ユニットセンター長 小児科医 橋本浩一

エコチル調査は5回目の夏を迎えました。皆さまいかがお過ごしでしょうか?

東日本大震災の直前に開始されたエコチル調査は、平成27年1月で満4年となり、最初の年に生まれたエコチルキッズは4歳となり幼稚園の年少さんです。

参加者登録数は、全国では目標の10万人を達成し、福島県では参加登録期間の県内の妊婦さんの、「二人に一人」にあたる13,134人の妊婦さんが参加しました。昨年12月までに出産が終了し、12,000人を超す子ども達と約8,000人の父親も参加されています。いずれも全15ユニット最多の人数です。



多くの人を乗せ「エコチル福島丸」はフォローアップを中心とする13年間の大海原へ大きなマストを広げ出帆しました。半年ごとの質問票の福島県での回収率は概ね90%であり、つねに全国平均を上回り、ご家族の皆さまの熱心な取り組みに感謝するばかりです。昨年10月からは、全体の5%の方にランダムにご協力をお願いする詳細調査が開始されました。同意の後、昨年11月からご自宅での環境測定、そして本年4月からは病院等での医学的検査、精神神経発達検査を行っています。

10万人を母集団に持つ研究とは10万人を一度に見ることが出来る顕微鏡が手元にあるようなものです。エコチル調査で得られるデータは予想値ではなく、10万人の本当の生活の様子です。10万人の参加者に寄り添い、ご協力いただき、確かなエビデンス*に基づく「安心で安全な子育て環境」を未来の子ども達にプレゼントすることがエコチル調査に課せられた宿題です。暑さに負けず一緒に夏を乗り切りましょう。

※科学的根拠、信頼性のあるデータ

「エコチル福島丸」未来へ出航!!

福島県内での母親の参加人数 13,134人

エコチル福島丸の旅はまだまだ続きます。

調査への「協力終了」平成39年

この期間、みなさまのご協力が必要です

全体調査スタート 平成23年

詳細調査スタート 平成26年

※詳細調査については2ページをご覧ください



詳細調査ご協力をお願い

2014年10月より、エコチル調査の詳細調査がスタートしました。詳細調査とは、お子さんの健康状態や生活環境について、エコチル調査すべての参加者では実施できない詳しい検査・調査を行うものです。エコチル調査にご協力いただいているご家庭のうち、2013年4月1日以降に生まれたお子さんの中から全国で5,000人の方（福島県では637人の方）を無作為に選んでお願いしています。詳細調査は次の3つの調査で構成されています。

訪問調査

専門の調査員がご家庭に伺い、家庭内の化学物質やハウスダストなどを調べる



医学的検査

お子さんの健康状態や成長・発達、アレルギーの体質などを調べる



精神神経発達検査

専門家の面談により、お子さんの発達について調べる



※詳細調査のお知らせが届いた方は、ぜひご協力いただけますようお願いします。



おしえて先生！あんなこと、こんなこと

～こどもの風邪について～

保育園に通い始めました。風邪がなかなか治りません。



夏に流行る風邪の種類と症状を教えてください。



おこたえします

おこたえします

一年間に、1歳未満で平均6～7回、1歳から4歳で平均4～5回、風邪をひきます。保育園など集団生活に入った最初の1年間は、風邪の原因になるウイルスや細菌をお友達からもらう機会が増えますので、よく風邪をひき、治りきらないこともしばしばです。保育園症候群という言葉もあります。さまざまな種類の風邪にかかることで抵抗力がつき、丈夫になり、小学校入学の頃には風邪をひく回数が減ります。治りきらない風邪は中耳炎の原因になるのでご注意ください。



手足口病、ヘルパンギーナ、そしてプール熱です。聞いたことがありますか？どれも高い熱の出るので風邪です。手足口病、ヘルパンギーナは口の中に水泡ができ、痛みのために食欲が落ちてしまいますので、その時はプリンやゼリーなどの柔らかい食事を摂りましょう。手足口病は文字通り手、足、口に発疹ができるのが特徴です。プール熱は結膜炎を伴います。3つとも特効薬はありませんが数日で治ります。熱は発汗とともに下がりますので、熱がある時は水分を十分にとり、冷やすことが大切です。

残余検体を用いた調査についてのお知らせ

エコチル調査には各ユニットセンターが独自に実施する追加調査があります。福島ユニットセンターでは、福島県立医科大学において全体調査で解析後の残余検体を用いた以下の調査が計画・進行中です。

- 1. 妊娠合併症発症予知を目的とした代謝物質の調査
- 2. 小児期感染症の病原体に対する母体と臍帯血の抗体価と周産期因子の関連性について

残余検体を利用させていただく場合は、環境省、福島県立医科

大学倫理委員会の承認の後、研究内容を福島ユニットセンターのホームページやニュースレターでお知らせいたします。

残余検体を用いた調査は追加調査に同意された方のみが対象となります。（追加調査の不参加や同意後に参加を取りやめた場合でも、エコチル調査上の不利益は一切ありません。）

詳しくは福島ユニットセンターのホームページをご覧ください。

<http://www.ecochil-fukushima.jp> エコチル ふくしま 検索



エコチルふれあい会

「参加者同士で気軽にお話できるサロンのようなところがあつたらいいな」というご意見から、エコチル調査の参加者向けイベント（エコチルふれあい会）を開催しています。



in いわき市
2015年4月8日(水)
中央公民館
参加数 19組



in 会津若松市
2015年4月22日(水)
北会津保健センター
参加数 12組



6か月 ベビーマッサージ



in 須賀川市
2015年4月15日(水)
須賀川市保健センター
参加数 17組



in 郡山市
2015年4月15日(水)
中央公民館
参加数 20組

参加者の声

- ・同じ悩みを持っているお母さんと話ができ安心した。
- ・歌と一緒にわかりやすく、家でも簡単にできそうだった。
- ・同年代の子ともや他の参加者さんと交流が持てよかった。
- ・小児科の先生に質問ができ、いろいろな話が聞けてよかった。



in 福島市
2015年5月20日(水)
福島市AOZ
参加数 30組

1.5歳 ミニミニ運動会



in 郡山市
2015年5月27日(水)
ミューカルがくと館
参加数 47組

参加者の声

- ・初めての運動会で楽しかった。
- ・家でも作れるような手作りのおもちゃがあって、親子ともども興味を持てた。
- ・子ども同士が自由にのびのびとふれあえてよかった。
- ・思いっきり体を動かして、親子で楽しめた。

～スタッフより～

- ♪目を輝かせて遊んでいる子供たちの姿を見て、スタッフ一同とても嬉しく感じました。
- ♪親子で楽しそうに体探している姿が印象的でした。
- ♪参加者の皆様と直接お会いでき、お子さまの成長も感じられて毎回楽しみです。

《ホームページからもイベントのレポート＆お知らせをご覧いただけます》

詳しくはこちら⇒ [エコチル ふくしま](#) 検索



3歳 3B体操

参加者の声

- ・家で手間にやるものとは違い、徐々に運動をした感じがした。
- ・保護者の体操の時間もあって楽しかった。
- ・普段お友達と遊ぶ機会が少ないのでよかった。
- ・変わった体操道具が出てきて、子ども楽しそうだった。



in 福島市
2015年4月28日(火)
福島市AOZ
参加数 14組

