

エコチルベビー&キッズ

撮っておきフォト

※2015年11月25日までに応募いただいた方から選ばせていただきました。

とっておきの1枚をお送り下さい!

こちらには参加者様からのご投稿写真を掲載してあります。
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。

楽しく歯磨き!

乳歯の時期に虫歯を予防することは、将来の歯の健康にとっても大切です。
ここでは、虫歯を予防するために必要な「歯磨き」についてお話しします。

- 1 歯磨きは、毎食後に行うのが望ましいのですが、難しい場合は夜寝る前やお子さんの機嫌が良いときに行いましょう。
- 2 「よく磨けたね、えらいね!」など、終わったらたくさん褒めてあげましょう。お子さんの自信につながります。
- 3 パパ・ママが笑顔で歯磨きすると、お子さんは「歯磨きは楽しいんだ!」と思ってくれます。おしゃべりしたり、歌を歌ったり、楽しく歯磨きをする雰囲気を作りましょう。

楽しい歯磨きを習慣にして、虫歯を防ぎましょう。
(エコチルスタッフ/歯科衛生士 Y.T.)

～みなさまへ～

♪転居された方・転居予定のある方は、ご連絡をお願いします!

♪質問票の出し忘れはありませんか? 遅くなくても大丈夫です。お時間のある時に記入して返送してくださいね!

♪2016年オリジナルカレンダーを同封しています。ぜひご活用ください。

☆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・メッセージ(25文字程度)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。

✉ ecochile@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。
※誌面の都合上、掲載できない場合がございます。ご了承下さい。

■ 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>
オフィシャルウェブサイト

■ 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 国立環境研究所 国立成金医療研究センター 公立大学法人 福島県立医科大学

Japan Eco&Child Study 子育て 健康 環境

エコチル ふくしま 通信

2015年 冬号

発行/エコチル調査福島ユニットセンター

「こぼちるちゃん」は満5歳になります

平成23年1月に開始されたエコチル調査は、皆さま方の温かいご支援により、平成28年1月で晴れて満5歳を迎えます。

エコチル調査には、平成26年3月まで、全国ではリクルート目標数としていた100,000人を上回る妊婦さんに参加いただき、福島県では、当初は県北および相双地区を対象に開始されましたが、東日本大震災を受け平成24年10月からは福島県全域に拡大され、13,000人を超える妊婦さんに参加いただいています。全国に15カ所ある地域ユニットセンターの中でも、最も多く参加いただいているのが福島ユニットセンターです。

平成26年3月に産婦人科での妊婦さんのリクルートが無事終了し、平成26年4月からは、出生されたお子さんを対象とするフォローアップが中心になりました。「全体調査」では、皆さまに、6か月ごとに質問票の記入をお願いし、これが13歳まで続くこととなります。また、平成26年10月からは、全国で5,000人を対象とする居住

エコチル調査福島ユニットセンター 副センター長
福島県立医科大学医学部 小児科学講座 教授

細 矢 光 亮



環境調査や精神神経発達検査などを行う「詳細調査」が開始され、福島ユニットセンターにおいても詳細調査参加者のリクルートが進められているところです。全国の地域ユニットセンターの中で、「全体調査」や「詳細調査」に最も多く参加いただいているのも福島ユニットセンターですので、福島でのフォローアップの成否がエコチル調査全体を左右すると言っても過言ではありません。今後13年間の長期にわたるフォローアップは、ご家族の皆さまのご協力なくして成し得ません。そして、多くの方々に最後までご協力いただいて初めて、エコチル調査の「安心して子育てができる環境を」という最終的な目的が達成されることになります。

未来の日本を担う子どもたちの健やかな成長のために、引き続きご協力をお願いいたします。

子育て講演会&コンサート 開催しました!

11月14日(土)、郡山市民文化センターで「子育て講演会&コンサート」が開催されました。あいにくの雨でしたが、たくさんの方にご来場いただきまして、本当に有難うございました。

第一部は、農学博士で発酵学者の小泉武夫先生(本県小野町のご出身です)の講演。食べ物が私たちの心と体に与える影響や、世界に誇れる日本の伝統的な食文化「和食」の素晴らしさを改めて教えていただきました。

第二部のスタートはエコチル調査のご報告。続いてケロボンズさんのコンサート。楽しいトークとユニークな歌や体操で、会場中が大盛り上がり。親御さんもお子さんも(スタッフも!)元気に踊りました~!

これからも、皆様に楽しんでいただけるイベントを開催していきます。今回、残念ながらご参加いただけなかった皆様も、機会がありましたらぜひご参加ください。スタッフ一同、心よりお待ちしております。

子育て講演会 「心と体をつくる食事学」

ケロボンズ コンサート

エコチル調査でわかったこと



※この結果は2014年11月30日時点の回答に基づくデータクリーニング前の暫定的な結果です。

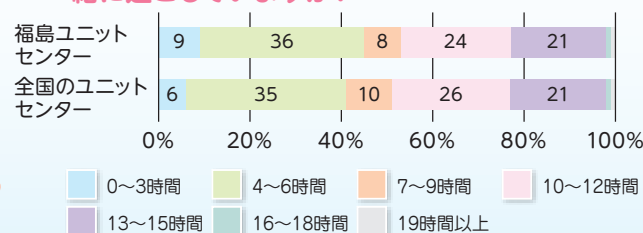
今回は子どもと過ごす時間についてご紹介します。

子どもと過ごす時間

2歳 ふだんの1日のうち、お子さんと一緒に過ごす時間で最も多いのは、**「4～6時間」**で約36%
「0～3時間」というお母さんも9%おり、全国の結果(6%)と比べるとやや高率。

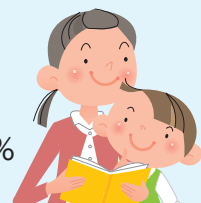


ふだんの1日、お子さんはあなたと何時間くらい一緒に過ごしていますか？(お子さんの睡眠時間は除く)

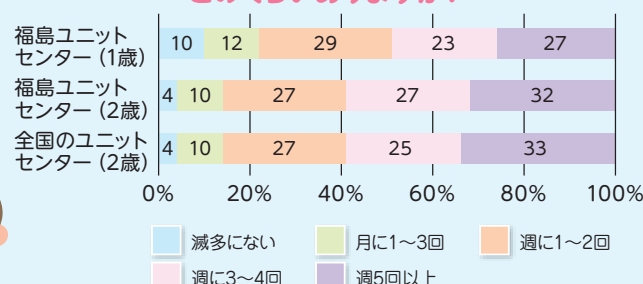


絵本の読み聞かせ

1歳 週に1回以上、お子さんと一緒に絵本を読んでいるお母さんは、**1歳の時点で、約78%**
2歳 2歳の時点で、**約86%**
2歳時点では、週に5回以上読んでいるお母さんが最も多く、約32%
この傾向は、全国の結果とほぼ同様。



お子さんに絵本を見せながら話しかける機会はどのくらいありますか？



絵本の読み聞かせは、子どもの発達にとって良いことだといわれています。子どもとのコミュニケーションを大切にしましょう。



おしえて先生！あんなこと、こんなこと



胃腸炎について

一般財団法人 竹田健康財団 竹田総合病院 小児科科長
長澤 克俊 先生



Q 子どもが急に吐いて、下痢をしました。どうすれば良いですか？

A 胃腸炎が考えられます。胃腸炎はウイルスまたは細菌に感染して発症します。子どもの場合、ほとんどがウイルス性です。ノロウイルスやロタウイルス以外にも数種類あります。早期に診断して、早期に特異的な薬を開始するインフルエンザウイルスと異なり、胃腸炎のウイルスに特異的な薬はないので、緊急で受診する必要はありません。脱水にならないことが最も重要になり、経口補水液などを少量ずつ飲ませ、ゆっくり増量します(経口補水液といいます)。黄色いものを吐き続ける、痛みを強く訴える、便に血が混じるなどの時は早めに医療機関の受診が必要になります。

経口補水液について

いわき市立総合磐城共立病院 小児内科主任部長
鈴木 潤 先生

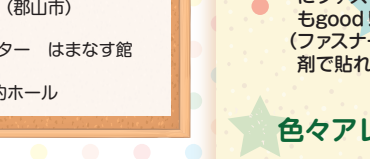
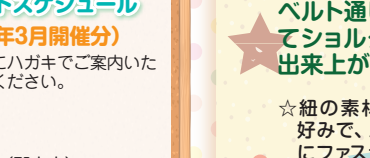
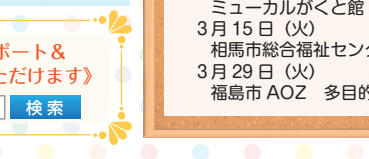
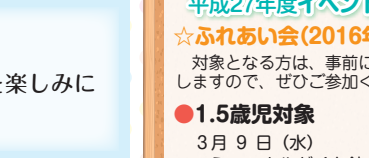
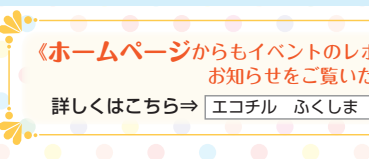
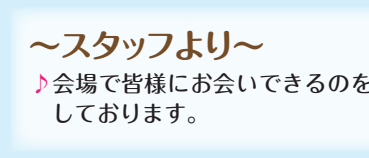


Q 経口補水液って何ですか？

A 熱や嘔吐や下痢で脱水症になっても、症状が軽いときには点滴ではなく、口から必要な水分と電解質をとることがむしろ生理的で痛みも伴いません。その安全性と有効性は実証されています。通常のスポーツドリンクとは異なる組成で市販品がありますので、嘔吐や下痢の時にはそうした飲み物を症状にあわせて極少量から与えてだんだん増やしていき、自分の力で体調が回復するのを助けるのが経口補水液という方法です。赤ちゃんがまだぐったりする前には試してみてもいいかもしれません。
もちろん嘔吐や下痢の症状が強いときには、早めにかかりつけ医を受診してください。

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ったらいいな」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。



つくってみよう

針も糸も使わず

子供服を

リメイク

今回はデニムパンツを(所要時間30分)ショルダーバックにリメイクしました

〈準備するもの〉



☆デニムパンツ(今回はサイズ95cm)
☆ショルダー用の紐やチェーンなど
☆布用接着剤
☆はさみ
☆ダブルクリップ(洗濯バサミで代用可)

《あると便利なもの》
★リッパー(糸切り) ★まち針 ★アイロン

1.デニムパンツの股下4cm～5cmの部分を持ちます。

2.股ぐり下の部分の縫い目が重ならず、たいらになるように前後の縫い目を少しほどきま。

(リッパーを使うと便利)
ほどいた後はこんな感じです。たいらになるように縫い目をほどいておくと貼り付け易くなります。

3.切った部分とほどいた部分がバックの底になります。底の部分を中心に込み、形を整えます。

4.底の合わせ部分に、布用接着剤を幅1cmくらいを目安に塗ります。

2でほどいた部分も隙間なく張り合わせるように塗ります。

5.塗った部分をダブルクリップで固定します。(洗濯バサミでも代用可) ※アイロンで15～20秒熱を加えると素早くつきます。

6.接着部分が乾いたら、バック部分が完成。ベルト通しに紐を通してショルダーバックの出来上がり!

☆紐の素材や長さは好みで、バックの上部にファスナーを付けてもgood! (ファスナーも布用接着剤で貼れます。)

色々アレンジしてみてくださいね。

～スタッフより～

♪会場の皆様にお会いできるのを楽しみにしております。

《ホームページからもイベントのレポート＆お知らせをご覧ください》

詳しくはこちら⇒ [エコチル](#) [ふくしま](#) [検索](#)

平成27年度イベントスケジュール

☆ふれあい会(2016年3月開催分)
対象となる方は、事前にハガキでご案内いたしますので、ぜひご参加ください。

●1.5歳児対象
3月9日(水) ミューカルがくと館(郡山市)
3月15日(火) 相馬市総合福祉センター はまなす館
3月29日(火) 福島市 A.O.Z 多目的ホール