

エコチルベビー&キッズ
撮っておきフォト
 ※2016年11月18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。

つくってみよう
**エコチルふれあい会で作った
 ★蒸しプリン★レシピ**

- 材料 (100ml×5個分)**
- | 【プリン液】 | | 【カラメルソース】 | |
|----------|-------|-----------|------------|
| 卵 | 2個 | 砂糖 | 40g |
| 砂糖 | 40g | 水A | 少々 |
| 牛乳 | 350ml | 水B | 大さじ1杯とちよっと |
| バニラエッセンス | 少々 | | |



- <カラメルソースの作り方>**
- 1 小鍋に砂糖を入れる。砂糖が溶ける程度(適量・少々)の水Aを加える。
 - 2 小鍋を火にかけ(中火程度)、ゆすりながら砂糖を溶かす。沸騰して茶色く色づいたら、大さじ1杯の水Bを加える。
※大きな音がして蒸気があがるので注意!!
 - 3 小鍋をゆすって固まった飴を溶かし、カラメルソースにする。
 - 4 カラメルソースをプリンの器に注ぐ。
- <プリン液の作り方>**
- 1 ボウルに卵2個を割り、砂糖を加え、泡立て器でよくすり混ぜる。(泡立てない。)
 - 2 分量の牛乳を小鍋に入れ、鍋の縁に泡が立つ程度に加熱する。
 - 3 1の卵液に2の牛乳を少しずつ加える。バニラエッセンスを加える。
 - 4 茶こしを通して、プリンの器にそっと卵液を注ぐ。
 - 5 アルミホイルでふたをする。
 - 6 蒸気があがっている蒸し器に、プリンの器を入れる。蒸し器のふたをして、再び蒸気があがってから、きっちり4分間、強火で加熱する。
 - 7 4分間たったら火を止め、そのままふたを開けずに冷めるまで待つ。
- ※器から出さずに、スプーンですくって食べるタイプのプリンです。
 ※プリンは、普通は85℃くらいの温度で15分程度加熱しますが、火加減が難しいので、「強火4分+放置」して余熱を利用した作り方にしています。器の大きさが変わったら、強火の加熱時間を加減してください。
 ※この作り方は、強火でプリンを加熱するので、アルミ製のカップでは「す」がたつてしまいます。陶器製の湯飲み茶碗などが、上手にできます。
- 監修/ 福島大学 人文社会群 人間発達文化学類 教授 中村 恵子 先生



**nanacoカード
 ポイントの有効期限について**

2015年4月～2016年3月に付与されたポイントは、電子マネーに交換されていますか？
 この時期に付与されたポイントについては、2017年3月までにポイントを電子マネーに交換してください。
 ポイントが有効期間切れとなり失効となります。
(※電子マネーに交換した場合には有効期限はございません)
 ポイントには有効期限がありますので、お早めに電子マネーに交換してください。

★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)・性別・応募者のお名前・ご住所・電話番号・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。
 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ください。
 お問い合わせに関する情報は、HPに掲載しているプライバシーポリシーに基づいて取り扱います。
<http://www.ecochil-fukushima.jp/inquiry.php>

■ 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
 国立環境研究所
 国立研究開発法人 国立成育医療研究センター
 公立大学法人 福島県立医科大学

Japan Eco&Child Study
エコチル
ふくしま通信



発行/エコチル調査福島ユニットセンター

子どもたちの明るい未来のために

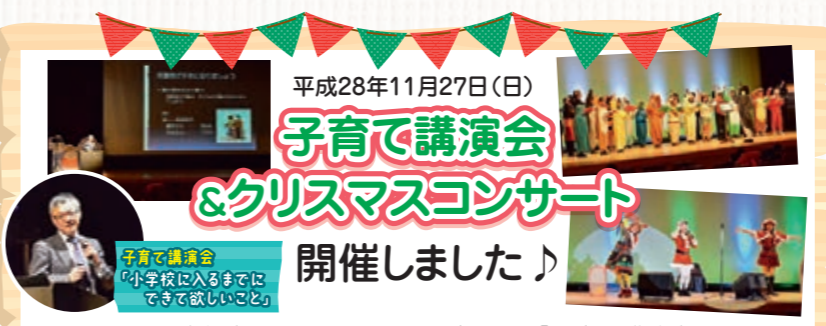
東日本大震災の直前の平成23年の1月に開始されたエコチル調査は、来年の1月には満6年になります。エコチル調査は、全国で目標の10万人の参加を達成し、福島県では13,134人の妊婦さんにご協力をいただきました。現在は、お子さんたちのフォローアップ調査を中心に、さらに、全国で5,000人のお子さんたち、福島では約650人のお子さんたちにご協力をお願いしている詳細調査も順調に実施されています。詳細調査は、自宅訪問での環境調査、医療機関等での医学的検査、精神神経発達検査などを行っており、ご家族の皆さま、医療機関の皆さまに大変お世話になっています。

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 産科婦人科学講座 教授
藤森 敬也



また、福島ユニットセンター独自の調査も少しずつつんでいきます。今後も、たくさんの調査結果が順次発表されてくると思います。今後は、1人でも多くのお子さんが、13歳になるまで継続してご協力いただくことが、さらなる調査結果のため必要です。継続した皆さまのご協力が将来の子どもたちへのプレゼントにつながると信じております。

エコチル調査福島ユニットセンターは、今後とも参加者の皆さまに寄り添い、皆さまと一緒に子どもたちの成長を見守り続けて参ります。将来の子どもたちの健やかな成長のため、継続した調査に今後ともご協力のほどよろしくお願いいたします。



平成28年11月27日(日)
子育て講演会 & クリスマスコンサート
 開催しました♪

エコチル調査福島ユニットセンター主催による「子育て講演会&クリスマスコンサート」を福島県立医科大学講堂で開催しました。
 第一部は、福島県立医科大学ふくしま子ども・女性医療支援センター教授の横山浩之先生に、子どもが小学校に入るまでに身に付けるべき生活習慣等についてわかりやすくお話しいただきました。続いて、橋本浩一福島ユニットセンター長がエコチル調査の概要とこれまでの調査でわかったこととして喘息や花粉症等の発症状況、虫除けスプレーなど身の回りの化学物質の使用状況を報告しました。
 第二部は、福島県立医科大学の混声合唱団「^{さん}燦」による合唱で幕開けし、楽しいコスチュームでの登場で素晴らしい歌声を奏でいただきました。続いて「歌のお姉さんとピエロ、マジシャン」による少し早めのクリスマスコンサートを楽しみました。
 ご来場いただきました皆さま、誠にありがとうございました。

反射板キーホルダーとカレンダーを同封しています。

**エコチル5周年記念
 こぼちるキーホルダー**



昼はかわいく、夜はお子さんの交通安全に役立つよう夕暮れ時や夜間の光に反射する素材で作りました。ぜひ、通園バックなどに付けてご利用ください。

<2017年 エコチルカレンダー>



今年のエコチルカレンダーには、身長・体重が記入できるスペースがあります。ぜひ、ご利用ください。

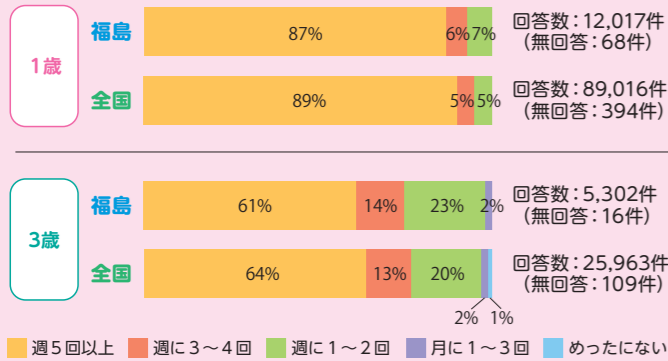
エコチル調査 わかったこと



(全国) ※2015年11月20日時点のデータに基づく暫定的な結果です。
(福島) ※2016年11月28日時点の福島ユニットセンターのデータに基づく暫定的な結果です。

今回は子どもと遊ぶ機会と子どもがメディアに触れる時間の福島と全国の集計をご紹介します。

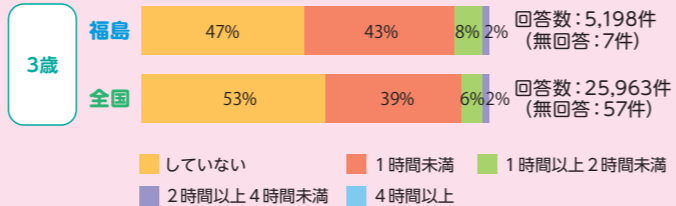
●お子さんと一緒に遊ぶ機会●



1歳と3歳で比較してみました。全国の集計では、週5回以上お子さんと一緒に遊んでいる方は1歳では89%、3歳では64%でした。福島も全国と同様です。

子どもの成長に合わせて家族の生活も変わってきます。子どもの遊ぶ時間などの行動が子どもにどのように影響をするのか興味深いです。子どもの就寝時間や睡眠にも関係するかもしれません。

●ふだんの1日、お子さんが携帯電話、携帯情報端末や電子ゲームに触れる時間●



全国でお子さんが携帯電話や電子ゲーム機などを触れている時間が「1時間未満」が92%でした。福島は「1時間未満」のお子さんが90%ですので、全国と同様です。



おしえて先生！あんなこと、こんなこと



子どもの頭痛について

坂下厚生総合病院 小児科 部長
青木 英子 先生



Q 小さい子どもにも頭痛ってあるんですか？

A 子どもが「痛い」と言ったら、どこか本当に痛いのだと思ってあげてください。子どもの場合、ほとんどは脳に異常はないものです。体に異常がないからといって、心配ないというわけではありません。頭痛の誘因は、感染症以外では、不適切な生活習慣・集団行動のストレス・低血圧等、色々ありますが、鎮痛剤を飲めばある程度改善します。ところが、不登校児のカルテを見ると、低学年の頃から、風邪でもないのに頭痛その他の身体症状を訴えていたことが少なくありません。些細な症状でも、しっかり向き合いたいものです。

卵アレルギーと予防接種について

福島赤十字病院 小児科 部長
三友 正紀 先生



Q 卵アレルギーと診断されました。予防接種は受けられますか？

A ワクチン製造過程で、鶏卵由来成分が含まれてしまうのはインフルエンザワクチンです。麻疹風疹混合、おたふくかぜワクチンは卵白と反応する成分がごく微量含まれていますが、卵アレルギーのお子さんでも接種可能です。インフルエンザワクチンに含まれる鶏卵由来物質はごく微量であり、アレルギー症状が軽微な場合は接種可能です。また、希釈液による皮内テストなどを行ってから接種の可否を判断する場合もあります。主治医の先生とよく相談のうえ、時期を逃さずに接種するようにしましょう。

エコチルふれあい会

「参加者同士で気軽にお話し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 会津若松市
2016年9月14日(水)
会津稽古堂
参加数 10組



in 郡山市
2016年10月5日(水)
ミュールがくど館
参加数 6組

【参加者の声】

- 子供とふれあう時間がつくれて良かった。
- 以前から参加してみたかったので、今回参加できてとても嬉しかった。
- 普段、子供とこのようにふれあう機会が少なかったため、これからの育児にも取り入れたい。
- なるほどと思うところがあった。日焼け、睡眠、すこく良く分かった。



in いわき市
2016年12月7日(水)
福島県いわき海浜自然の家
参加数 5組

【参加者の声】

- 3歳でもできる体操遊びの要素も多く、本人もとても楽しめた。
- ふれあい会は同年代の子の様子が見ることができ嬉しい。来年度以降も土日であれば参加できるので、もしまたあつたら嬉しい。
- 母親も体を動かして楽しかった。
- 予防接種の話が聞けて良かった。

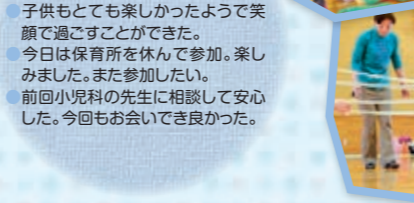
3歳 親子でリズムあそび!



in 福島市
2016年11月11日(火)
A・O・Z(アオウゼ)
参加数 15組

【参加者の声】

- 体を動かしたい娘にぴったりな会でした。
- 子どもにも自分的にもストレス解消になって良かった。
- 保育園に行っていますが家以外の様子を見れる良い機会だった。
- 普段家の中にいることが多いのでとても楽しかった。



in 福島市
2016年9月20日(火)
A・O・Z(アオウゼ)
参加数 7組

食育&おやつクッキング

次のページにレシピを紹介しています



in 郡山
2016年10月23日(日)
ビッグハレットふくしま
参加数 7組



in 会津若松市
2016年10月23日(日)
会津若松市文化センター
参加数 7組

平成28年度 イベントスケジュール (2017年1月~3月開催分)

☆ふれあい会

- 3歳児対象(3B体操)
2月22日(水) 郡山市 ミュールがくど館大ホール
3月22日(水) 矢吹町 矢吹町文化センター小ホール
- 5歳児対象(親子でクッキング)
3月29日(水) 福島市 A・O・Z(アオウゼ)

☆ふれあいカフェ

- 1月28日(土) いわき市 いわき海浜自然の家
- 3月7日(火) 会津若松市 会津稽古堂
- 3月25日(土) 南相馬市 原町生涯学習センターサンライフ南相馬

対象となる方は事前にのご案内致しますのでぜひご参加ください。

ファミリーフェスタ2016

各行政イベントに参加し、福島ユニットセンターがPRブースを出展しました!! 市民の皆さまにもエコチル調査を知っていただくため、中間報告や活動内容の掲示、資料やオリジナルグッズの配布などをしました。会場では多くのエコチルの参加者様ともお会いすることができました。

会津健康まつり