

エコチルペビー&キッズ  
**撮っておきフォト**  
 ※2018年11月21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。

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。

**「気になる感染症」**

福島県立医科大学 小児科学講座 准教授 橋本 浩一

今回は関東地方を中心に全国的に流行している風疹についてです。風疹は風疹ウイルスが原因の感染症です。「三日はしか」ともいわれ、小児では重症化することはあまりなく、風疹ワクチン接種により、現在はほとんど小児の患者を見ることはなくなりました。問題なのは、妊娠20週頃までの女性が風疹ウイルスに感染すると、胎児にも感染して、眼や耳、そして心臓に障害をもつ先天性風疹症候群の児が生まれる可能性があるからです。

今回の流行での風疹患者は全年齢にみられますが、96%は成人で、男性が女性の4.4倍多く、男性では30~40代、女性では妊娠出産年齢の20~30代に特に多いと報告されています(平成30年11月21日現在、国立感染症研究所)。

風疹への抵抗力(免疫)はワクチン、あるいは風疹になることによって得られます。風疹はワクチンによって予防でき、風疹含有ワクチンとして、現在は麻疹・風疹ワクチン(MRワクチン)が使われています。しかし、風疹ワクチンは毒力を弱めた生きた風疹ウイルスですので妊婦さんへの接種はできません。従って妊婦さんを風疹から守るには、周りが風疹を妊婦さんにうつさない、あるいは非妊娠時期の女性本人がワクチンを受けることです。

今回、報告されている風疹患者の多くは、過去に風疹になったことがなく、風疹ワクチンを受けていない方々です。2回接種により十分な免疫が得られますので、妊娠予定の女性には2回接種が勧められています。現在、男女ともに28歳以下の方は定期接種にて風疹ワクチンを2回接種していますので、確実に接種していれば感染源となることはありません。しかし、29歳以上の方は1回接種、あるいは接種機会のなかった方がいますので、妊娠予定の方、パートナー、家族にはワクチン接種をお勧めします。

詳しくは医療機関、保健所等にお尋ねください。ただし、ワクチンを受けた場合は2か月間妊娠を避けなければなりません。

**2019年エコチルカレンダー  
 が完成しました!**



今年のカレンダーは予定がたくさん書きこめるようになりました。身長・体重も記録できます。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)・性別・応募者のお名前・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](mailto: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 |

■ エコチル調査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

<http://www.ecochil-fukushima.jp>

オフィシャル WEBサイト エコチル ふくしま 検索



**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

**エコチル調査  
 8年目を迎え、  
 成果を皆様の手元に**

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 公衆衛生学講座 教授  
 安村 誠司



エコチル調査の平成29年度年次評価で、福島ユニットセンターは、総評で最高評価のS評価となりました。全国19か所のユニット・サブユニットセンターで、S評価は当センターを含め3か所、A評価が10か所、B評価が6か所でした。これは、当センターの質問票の回収状況として回収率が高いこと、また、業務全般に関する取り組みとして、PDCAサイクルの中で計画的に取り組んでいることが高く評価されたためと考えられます。なお、PDCAサイクルとは、Plan(計画)→Do(実行)→Check(評価)→Act(改善)の4段階のサイクルを適切に回して、事業を適切に管理・運営していくためのものです。

福島ユニットセンターでは、具体的な調査実施目標としては、①現参加者の減少率を年内1%以内にとどめる、②発送

後6か月時点での質問票の回答率を、平均80%以上を維持するとしています。当センターでは、これからも引き続き、地域運営協議会の構成員の皆様と協力して、「参加して良かった」、「13年間、最後まで継続したい。」と参加者の皆様が思ってもらえるような、質が高く、充実した調査を継続していくことで、この目標を達成したいと考えています。

さて、今年6月には、化学物質の子どもの健康に対する影響に関する第1号となる科学論文が発表されました。今後も順次、研究成果が出てくると思います。福島ユニットセンターからも、さまざまな論文が出てきています。また、このたび、当センターへの1万人以上の参加者からの質問票回答をまとめた冊子「エコチル調査でわかったこと」(2018年11月)を発行することができました。近日中に、ホームページにもアップ予定です。是非、本冊子をご覧頂ければ幸いです。これらの分析成果を生かし、「福島で安心して産み、育てられる環境を作っていく」という当初の目標に役立てていきたいと考えています。参加者の皆様と皆様のご家族のご健勝を祈念しております。

**第77回日本公衆衛生学会総会の中で  
 エコチル調査国際シンポジウムが  
 開催されました**

平成30年10月26日(金)にビッグパレットふくしまで、「エコチル調査等の出生コホート研究の地域公衆衛生活動への貢献」をテーマに海外からの3人の専門家などによる講演及びパネルディスカッションが開催されました。

橋本浩一福島ユニットセンター長の講演では「東日本大震災の復興とともに歩む福島県におけるエコチル調査」と題し、収集したデータを共有して未来の子どもたちのために地域に還元することが大切であるとの話がありました。

その後のパネルディスカッションではエコチル調査の研究は世界的に大変意義があるので、今後も継続していくべきだとお話がありました。

皆様からのご協力を得て収集された大切なデータの集計結果は、これからも「エコチル☆ふくしま通信」やホームページでも発信していきます。



**学童期検査のご案内**

学童期検査は、エコチル調査に参加している小学2年生のお子さん全員にご協力をお願いします。2019年度から2023年度にかけて実施予定です。

**予定している検査内容**

- ①身体計測(身体計測、体重、体組成(体脂肪率、筋肉量))
  - ②コンピューターを使って行う精神神経発達検査
  - ③尿検査
- 受付から検査終了までおよそ1時間になります。

会場、実施日、予約方法などの詳細については、お子さんが小学2年生に進級される際にユニットセンターから個別にご案内を送ります。スタッフ一同、たくさんの小学生になったお子さんや保護者の皆様にご参加いただけるよう、現在準備をしています。会場でお会いできるのを楽しみにしています。



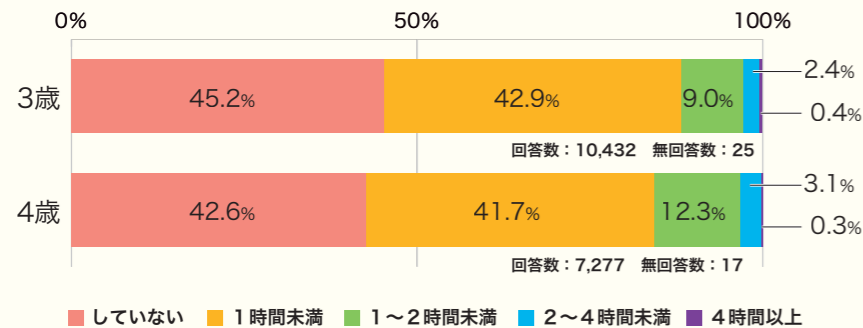
# エコチル調査でわかったこと



※この結果は2018年5月31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。

今回はお子さんが1日のうちゲームなどにふれている時間について福島県のデータをもとにご紹介をしていきます。

ふだんの1日、お子さんが、携帯電話や携帯情報端末や電子ゲーム機などを触ったり、いじったりしているのは、何時間くらいですか。



日本小児科医会 子どもとメディア委員会よりゲームは「1日30分まで」、そして、テレビやビデオを含め、すべてのメディアの時間は「1日2時間まで」を目安とするよう提言が出されています。福島ユニットセンターの結果を見ると、携帯電話やゲームなどに触れていないお子さんはいずれも40%台ですが、1時間以上ふれているというお子さんが、3歳児で約12%、4歳児で約16%います。十分な睡眠時間を確保し、元気に一日過ごすためにも携帯電話やゲームなどに触れる時間を再度見直してみたいかがでしょうか。

## おしえて先生！あんなこと、こんなこと

### 食物経口負荷試験について

今年度はリレー形式で4人の先生方にアレルギーについてお話をいただいています。

公立相馬総合病院  
小児科長

武山 彩先生



**Q** 食物アレルギーでかかりつけの先生から食物経口負荷試験をすすめられました。食物負荷試験のことを教えてください。

**A** 食物経口負荷試験とは、アレルギーが疑われる食品を、少量ずつ時間をあけて食べてみて、症状がでるか観察する検査のことです。血液検査や皮膚テストだけでは、本当に食べて症状がでるかどうかわかりませんので、実際に食べて症状をみることで、確実な診断をすることができます。この食物負荷試験を行う目的は、大きく分けて3つあります。

1つめは食物アレルギーであることを診断するためです。以前に血液検査や皮膚テストを受けて、検査結果が陽性であつ

たため、その食品を除去しており、一度も食べたことがない場合です。あるいは、乳児期よりアトピー性皮膚炎があり、原因と考えられる食品を除去している場合です。

2つめはアレルギー症状がよくなったかをみるためです。卵・牛乳・小麦・大豆などの食品では、小さい頃はアレルギー症状がでていても、成長に伴いアレルギー症状が出ずに食べられるようになることがあります。以前は症状がでて除去していた食品が食べられるようになっているかを確認します。

3つめはどこまでの量を食べると症状がでるのか、どんな症状がでるのかを確かめる目的です。症状が出る量や実際に出る症状を知っておくことで、まちがって食べてしまったときにどのように対応したらよいのか、考えることができます。

このように、食物負荷試験はとても有用な検査ですが、実際に症状が起きてしまうかもしれないという危険性もあります。食物負荷試験を行っている病院では、今までの経過や症状をよくお聞きした上で、患者さんに食べてもらう量を決定します。そして実際に症状がでたときにも十分に対応できる準備を整えたくうえで、負荷試験を行います。

まずはかかりつけの先生に相談してみて、食物負荷試験を行っている病院を紹介してもらい、よく説明を聞いた上で、検査を受けるか決めるのが良いと思います。

### みなさまへ



エコチル調査でわかってきたことの小冊子を作成しました！

これまで参加者の皆様よりご提出いただいた質問票の中から、福島県のデータを中心に集計して冊子にまとめました。

この小冊子の詳しい内容はエコチル☆ふくしまホームページ内の「みんなの図書室」にも掲載してあります。

皆様ぜひご覧ください。

### エコチルふれあい会

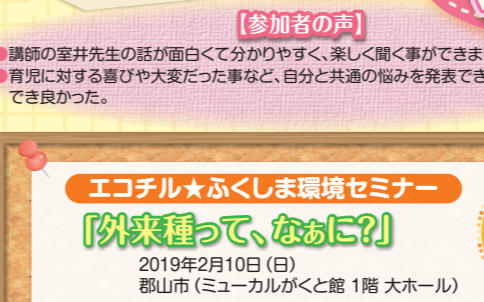
「参加者同士で気軽にお話できるサロンのようなところがあつたらいいな」という意見から、エコチル調査の参加者向けイベント(エコチルふれあい会)を開催しています。



**参加者の声**  
●日頃、家事や育児で動かしていない部分を動かし、とても気持ち良くなりました。  
●運動不足を感じていたため、楽しく出来てリフレッシュしました。



**参加者の声**  
●講師の室井先生の話が面白くて分かりやすく、楽しく聞く事ができました。  
●育児に対する喜びや大変だった事など、自分と共通の悩みを発表できてストレス発散ができた。



エコチル☆ふくしま環境セミナー  
「外来種って、なあに？」  
2019年2月10日(日)  
郡山市(ミューカルがくと館1階 大ホール)

平成30年度 イベントスケジュール (2019年2~3月開催分)  
☆ふれあい会  
●4~6歳児対象(親子リトミック)  
2月23日(土) いわき市(いわき市総合保健福祉センター)  
3月9日(土) 白河市(マイタウン白河)  
●4~6歳児対象(キッズダンス)  
3月26日(火) 南相馬市(南相馬市労働福祉会館)

「エコチル☆ふくしま通信」に掲載している写真のほかに、ホームページでイベントの様子をたくさん紹介しています。こちらもぜひ、ご覧ください。



in 白河市  
2018年10月19日(金)  
マイタウン白河

参加数  
4組



保護者対象  
笑いヨガ

**参加者の声**  
●笑いヨガ、楽しい時間を過ごさせて頂き、講師やスタッフの方には感謝です。ママ達とスタッフとの相談会は、貴重なひとときで良かったです。



【参加者の声】

保護者対象

3B体操

参加数  
8組

in 郡山市

2018年9月7日(金)

郡山ミューカルがくと館

【参加者の声】

●初めは笑うのが恥ずかしく思いましたが、時間が経つにつれて体もポカポカしてきて、自然と笑うことができて楽しい時間を過ごせました。  
●身体全体で笑ってリラックスできてとてもよかったです。家でも実践したいと思います。

in 福島市

2018年11月6日(火)

A・O・Z(アオウゼ)

参加数  
9組

【参加者の声】

●初めは笑うのが恥ずかしく思いましたが、時間が経つにつれて体もポカポカしてきて、自然と笑うことができて楽しい時間を過ごせました。  
●身体全体で笑ってリラックスできてとてもよかったです。家でも実践したいと思います。

in 会津若松市

2018年11月16日(金)

北会津保健センター

参加数  
8組

【参加者の声】

●講師の室井先生の話が面白くて分かりやすく、楽しく聞く事ができました。  
●育児に対する喜びや大変だった事など、自分と共通の悩みを発表できてストレス発散ができた。

in 郡山市

2018年9月30日(日)

【参加者の声】

●初めは笑うのが恥ずかしく思いましたが、時間が経つにつれて体もポカポカしてきて、自然と笑うことができて楽しい時間を過ごせました。  
●身体全体で笑ってリラックスできてとてもよかったです。家でも実践したいと思います。

### エコチルふくしま参加イベント

各行政主催のイベントにPRブースを出展しました。「エコチル調査でわかったこと」のパネル展示、資料配布を行いエコチル調査に関心を持っていただくことができました。またブースには多くのお子さんが遊びに来てくれ、エコチル調査参加者の皆様とも交流する事ができました。

### 健康フェスタ2018



in 福島市  
2018年10月14日(日)

### ファミリーフェスタ2018



in 郡山市  
2018年9月30日(日)

### 第34回健康まつり



in 会津若松市  
2018年9月30日(日)