

エコチル調査 ☆ふくしま

# こぼ"ちる通信

2026年夏号



福島ばの映えスポット。  
風景、教えてくださ〜い！



ackeyさん

郡山市内の人知れぬ  
ばえスポットですよ

とまとさん

いわき市と言ったら、やっぱり海！  
青い空が水面に反射して  
とても綺麗です。写真は、  
いわき市沼の内の海岸です。



ララミーさん

天気によって  
色が変わる沼です！

小浜っ子さん

6年生思い出キャンプで行った、  
日山キャンプ場にて。  
台風の影響でできるか不安でしたが、  
午後は無事に晴れ、  
夕日も綺麗に見えました！



## \\ 写真大募集 \\

「福島の映えスポット・風景、  
教えてくださ〜い！」  
ご応募お待ちしております。

皆さま、いつもご応募いただきありがとうございます。  
福島の様々な良い風景のお写真をたくさんいただきました。  
いただいたお写真は、引き続き選考対象とさせていただきます。

★掲載された方には、クオカード500円分をプレゼントします。



応募はコチラ

### Topics

遊んで!学んで!エコチル調査☆キッズ!

★自転車の交通ルールについて調べました

2014年度生まれの参加者さまへ

★学童期検査(小学6年生)がはじまります!

13歳以降調査継続について

★小学6年生の保護者様へアカウント情報をお送りしています。

おしえて先生!あんなこと、こんなこと

★子どもの肥満について

nanacoカードに関する重要なお知らせ

★小学校卒業とともにnanacoカードの取扱いが変わります!

第2回エコチル調査 全国フォーラム

★環境省主催のエコチル調査 全国フォーラムが開催されます。





## 自転車の交通ルールについて調べました

自転車は通学や遊びなどで身近な乗り物ですが、普段何気なくしている行動がルール違反になってしまうことも少なくありません。最近は危険な運転への取り締まりも強化され、違反内容によっては**青切符**や**赤切符**の対象になることもあります。今回は、自転車に乗るときに気を付けたい**交通ルール**や、**安全に乗るためのポイント**について紹介します。



### 青切符ってなに？

自転車でも、危険な違反をすると車やバイクと同じように**青切符**（**反則切符**）が交付される場合があります。現在の対象は**16歳以上**ですが、危険な行動は事故につながります。さらに悪質な違反は**赤切符**の対象となり、刑事事件として扱われます。今は対象外でも、数年後には自分たちにも関わるルールです。「**自転車も車の仲間**」という意識を持って、安全運転を心がけましょう。⚠️ **詐欺に注意!! 警察官が取締りの場で反則金を徴収することはありません!**

## やってしまいがちな危険な違反となる乗り方

### 並んで走る（並走）

友達と話しながら横に並んで走ると、道路をふさいでしまい危険です。車や歩行者との接触事故につながることもあります。自転車は1列で走るのが基本です。



### スマートフォンを見ながら運転（保持）



画面を見ている数秒の間にも事故は起こります。画面を見ながらの運転はもちろん、スマートフォンを手に持って運転することも大変危険です。前を見ていない時間ができたり、片手運転になったりして、事故につながるおそれがあります。スマートフォンを使うときは必ず安全な場所で止まってからにしましょう。

### 一時停止をしない

「車が来ていないから大丈夫」と止まらずに進むのは危険です。見えにくい場所から車や人が来ることもあります。一時停止の標識がある場所では、必ず止まって左右を確認しましょう。



### イヤホン着用

車の音や周囲の音が聞こえにくくなり危険です。



### 傘さし運転

片手運転になり、バランスを崩しやすくなります。雨の日はレインコートを着用しましょう。

## 安全に乗るために

自転車は便利な乗り物ですが、使い方しだいで事故につながります。ルールを守ることは、自分の命も周りの人の安全も守ること。毎日乗る自転車だからこそ、「これくらい大丈夫」をやめて安全運転を心がけましょう。

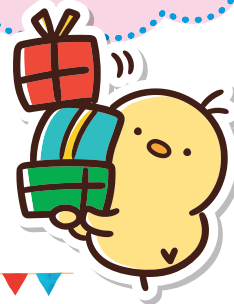
2014年度生まれの参加者さまへ

## 学童期検査(小学6年生)がはじまりました!

開始時期

2026年  
6月中旬～

学童期検査の目的はこれまでご提供いただいた試料・データに、検査で測定した結果を加え、環境中の化学物質が子どもの成長や健康に与える影響について、より詳しく分析することです。皆さまのご協力が、**未来の子どもたちのためになるとても大切な検査**です。小学2年生時の学童期検査にご協力いただけていない方も、今回の検査にご協力いただけます。



## 参加するとうれしいメリット

検査内容など詳しくは  
こちらから▶

## 謝礼

※同日検査 5,000円分  
別日検査 各日4,000円分

## プレゼント

検査毎に種類別の  
文房具最大  
8,000円分の  
謝礼  
(別日検査の場合)

## ボランティア活動証明書の発行

検査にご協力いただいた  
皆さまへ今後の受験や  
就職活動時の  
自己アピールに!1つの検査  
でもOK!

## 血液検査の結果返却

後日郵送

&lt;検査結果項目&gt;

- アレルギー
- 内分泌代謝(ホルモン)

針を刺す際の  
痛みを和らげる  
テープの使用  
が可能です。

※1日ですべての検査【**身体測定・CAT検査**(身長・体重・体組成・CAT検査)、**血液検査**(尿検査・問診・皮膚観察・採血)]を実施する**同日検査**(会場2ヶ所のみ)、2回に分けて検査を実施する**別日検査**があります。

採血を希望されない方は、同日検査会場(福島県立医科大学附属病院のみ)で採血を除いた検査を実施するか、身体測定・CAT検査会場、尿検査と皮膚観察を加えた検査を実施します(謝礼5,000円分)。

## 13歳以降調査継続について

Check!

小学6年生のお子さま・  
保護者の皆さま

13歳以降調査の継続手続きに必要な保護者アカウント情報(ID・パスワード)を**簡易書留**にてお送りしております。お手元に届いてますか?

## 継続手続きでお困りの方へ

対面調査会場や13歳以降調査継続相談会にて、スタッフがアプリへのログイン手続きをサポートさせていただきます。継続していただいた皆さまへ会場にて素敵なプレゼントがあります!

ぜひこの機会にご来場ください。

※13歳以降調査継続相談会の日程は、ハガキでご案内しております。

ご継続いただくと・

最大**1,500ポイント**をプレゼント中!  
お好きなギフトへ交換できます。

中学生のお子さま・  
保護者の皆さま

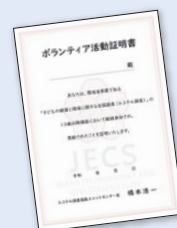
今年度のWeb質問票は4月よりスタートしております。お子さま・保護者それぞれでアプリへログインし配信されているWeb質問票をご確認ください。

Web質問票には回答期限があります。お早めにご回答をお願いします。ご回答後、謝礼はポイントで付与! ネットショップや飲食店等で使用できるギフトへ交換できます。電子マネーとしてもご使用になれます。

ボランティア活動証明書  
について

中学3年生のお子さまへ配信される「4月、6月のWeb質問票」へ回答されたお子さまへ、ボランティア活動証明書を発行いたします。発送は9月中旬頃を予定しています。特別な手続きは必要ありません。該当するお子さまへ郵送いたします。

★ボランティア活動証明書は、お子さまの**社会貢献をアピールする客観的資料**として、**受験等でお役立ていただけます**。ぜひこの機会にご回答ください。



※アカウント情報(ID・パスワード)がお手元に届いていない等、ご不明な場合は福島ユニットセンターまでご連絡ください。

# おしえて先生! あんなこと、こんなこと

## 子どもの肥満について

福島県立医科大学附属病院 栄養管理部  
管理栄養士 **山科 葵** さん



**Q**：子どもの肥満とは？

**A**：主に肥満度を用いて評価されています。肥満度は標準体重に対して実際に測定した体重が何%上回っているのかを示すものです。肥満度20%以上が軽度肥満、30%以上が中等度肥満、50%以上が高度肥満とされています。また、子どもは成長の中にあるため成長曲線というものをを用いて評価を行っています。

**Q**：どのようにして肥満になっていくの？

**A**：ほとんどは単純性肥満といって摂取エネルギー量が消費エネルギー量を上回ることによって生じるものです。例えば、1日の食事摂取量やお菓子、清涼飲料水の摂取量が過剰であることや、嗜好による偏食、更に運動不足によって体重はみるみる増加していき肥満となってしまいます。

**Q**：なぜ肥満はいけないの？

**A**：肥満は様々な合併症を伴います。特に生活習慣病と呼ばれる2型糖尿病、脂質異常症、高血圧などの原因になります。また、これらは将来的に心筋梗塞や脳卒中を起こすリスクを高めます。子どもの肥満は大人の肥満につながる可能性があるため、生活習慣の改善に努めていく必要があります。

**Q**：食生活で気を付けることは？

**A**：1日の摂取エネルギー量の過剰=食べ過ぎに気を付けましょう。子どもの肥満については、成長期ということもあり過度なエネルギー制限は推奨されていません。基本的には、1日3食の食事を主食・主菜・副菜を揃えてバランスよく摂取することが大切です。嗜好により食事内容に偏りが出てしまうと必要な栄養が不足してしまいますので気を付けていきましょう。  
おやつは1日200kcal程度で高糖質・高脂肪を避けた内容が望ましいとされています。おやつにはジュースや炭酸飲料などの清涼飲料水も含まれます。おやつの摂取時間にも注意が必要です。寝る前に摂取した食事のエネルギーが消費されずに脂肪として蓄積されやすくなってしまいますため、夜ご飯の後や寝る前など夜遅い時間の摂取は控えるようにしましょう。

## 小学6年生の参加者さまへ nanacoカードに関する重要なお知らせ

お子さまの小学校卒業とともに謝礼と「エコチル調査☆ふくしまnanacoカード」の取扱いが変わります!



### 謝礼について

- 13歳以降の調査を継続していただいた方は、専用アプリによりWeb質問票に回答いただくこととなり、謝礼がnanacoポイントから『選べるe-GIFT』へ変更となります。
- 現行の紙質質問票の謝礼は、質問票がユニットセンターに届いた時期により次の方法によって付与されます。  
2027年1月末までに届いた分の謝礼→nanacoポイント  
2027年2月以降に届いた分の謝礼→金券(ギフトカード、クオカード)

### 「エコチル調査☆ふくしま nanaco カード」について

- nanacoポイント付与終了に伴い、お子さまの小学校卒業(2027年3月31日)をもちまして、ユニットセンターでのnanacoカードのサポート業務を終了します。

※紛失・読み取り不良によるカードの再発行申請手続き  
2027年1月末までに再発行申請書が到着したものを対象としますので、カードのお取扱いにはご注意ください。

※小学校卒業後も引き続きnanacoカードを利用する場合、個人情報登録していただくことにより、nanacoお問い合わせセンターのサポートを受けることができます。  
ナビダイヤル 0570-071-555 または 0422-71-2266  
(営業時間 9:00~21:00)

詳しくは、福島ユニットセンターのエコチル調査☆ふくしまホームページでご確認をお願いいたします。



## 第2回エコチル調査 全国フォーラムが開催されます。

開催予告のご案内  
**参加無料**

2026年  
日時 12月5日(土)~6日(日)開催(予定)  
会場 東京大学本郷キャンパス内  
(伊藤国際学術研究センター/山上会館)  
主催 環境省

ノーベル化学賞北川進先生による基調講演!  
2025年にノーベル化学賞を受賞された京都大学特別教授、北川進先生にご講演いただきます。

### 主なプログラム

- ノーベル化学賞北川進先生による 基調講演 ☆☆☆
- 北川進先生との座談会(先着30名様限定です!!) ☆☆☆
- エコチル調査オリジナルかるた(読札・絵札募集します)
- エコチル調査書道展・短歌展
- エコチル調査かるた大会 ● エコチル調査研究発表会

エコチル調査全国フォーラム案内は、環境省ホームページから右の二次元コードよりアクセスできます。  
開催詳細・各種イベントの募集要項の案内が、随時アップされます。  
※なお、公募の詳細等については、運営事務局発足後、詳細が決まり次第このページ等でご案内いたします。



■ 調査の一般的な内容に関するお問い合わせ先  
▶ エコチル調査コールセンター(全国共通)  
☎ 0120-535-252  
年中無休 | 9:00~22:00 |

■ 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 平日(土・日・祝日を除く) | 9:00~17:00 |  
・ 福島本部事務所(県北・相双地域) TEL. 024-547-1449 〒960-1295 福島市光丘1番地(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 〒963-8025 郡山市桑野1丁目21番17号 桑野共栄ビル2階

