

### 「早寝早起き朝ごはん」国民運動の推進

## 子どもの生活習慣づくり支援事業について

早寝早起きや朝ごはんを食べるといった基本的な生活習慣の乱れは、子どもたちの学習意欲、体力、気力にも大きな影響を及ぼす。

毎日朝食をとる子どもほど、学力調査の平均正答率が高い傾向

家庭における食事、睡眠などの乱れを個々の家庭や子どもの問題として見過ごすことなく、社会全体の問題として企業や地域が一丸となり、子どもの健やかな成長を期して、基本的な生活習慣を育成し、生活リズムの向上を図るための取組を推進していくことが必要である。

#### 「早寝早起き朝ごはん」国民運動の推進(平成18年度～)

◎就寝が11時以降の児童が16.4%、特に0時以降就寝の児童は3.0%

年度	0時以降	11時以降	割合
20年度	40.2	15.0	3.5
21年度	39.8	13.8	3.2
22年度	40	13.4	3.0

16.4%

文部科学省「平成21年度 全国学力・学習状況調査」より(小学校6年生)

◎朝食摂取や早起きは改善の傾向

食べないことがある...11%

86%

毎日食べる  
89%

19年度

7時以降に起きる...23%

25%

7時まで起きる  
77%

19年度

22年度

今後は特に睡眠(就寝)時間を中心に家庭や企業などへさらなる理解を求めていく必要

### 「早寝早起き朝ごはん」国民運動の全国展開

～子どもたちの基本的な生活習慣の確立のための機運の醸成～

#### 「早寝早起き朝ごはん」全国協議会

団体・企業等、幅広い分野で構成する「早寝早起き朝ごはん」全国協議会を設立し、地域全体で家庭の教育力を支える社会的機運の醸成を図る

設立:平成18年4月24日  
会員数:236企業・団体・個人(平成23年1月現在)

「早寝早起き朝ごはん」に関する情報発信  
保護者や子どもに対する普及啓発  
教員等への情報提供

など

#### 文部科学省

平成18年度より、子どもたちの望ましい基本的な生活習慣を育成するため、全国的な普及啓発活動や先進的な実践活動などを推進するなど、子どもの基本的な生活習慣の定着を図る

事業検討・分析評価委員会の設置  
関係府省及び官民連携による取組の推進  
地域における研究成果の普及啓発

など

子どもたちの健やかな成長のための基本的な生活習慣の確立

# 子どもの生活習慣づくり支援事業

(前年度予算額 99百万円)  
23年度予算額 50百万円

**背景** 子どもたちが健やかに成長していくためには、適切な運動、調和のとれた食事、十分な休養・睡眠など、規則正しい生活習慣が大切である。近年、子どもたちの生活習慣の乱れが学習意欲、体力、気力の低下の要因の一つとして指摘。

## 【課題】

子どもは、家庭や社会の影響を受けやすく、夜型化等による就寝時間の遅れが依然として課題。

・父親と子どもの接する時間の短さ  
・夕食を家族でとる頻度の低さ

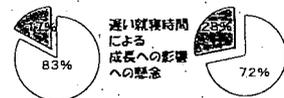
家庭や学校、地域にとどまらず、働く親や企業等、社会全体の問題として理解や取組を促進する必要性  
社会と生活の調和のとれた社会の実現、働く親や企業との連携成果取組の促進が必要

## 【23年度に必要な施策】

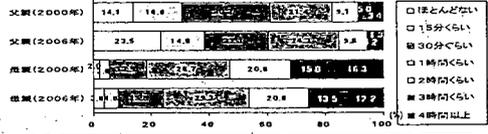
課題等の分析に基づき、関係官民の連携による、働く親や企業向けの効果的な取組方法・啓発手段の検討

○就寝時間(H21年度調べ)

平日23時以降に就寝する児童(小6)は17% 平日0時以降に就寝する生徒(中3)は28%



○父母が平日に子どもと接する時間  
約60%の父親が「30分くらい」以内



## 全国的な普及啓発の実施

- ①事業検討・分析評価委員会の設置  
○家庭や企業の認知度や課題についての分析、課題を抱える地域における取組の実施等を踏まえ、効果的な取組方法・啓発手法等について検討。また、併せてこれまでの成果についての検証調査を実施。
- ②関係府省及び官民連携による取組の推進  
○府省や地域、団体、企業等との共同企画による取組や啓発資料作成等を実施。  
○課題を抱える地域における取組や企業の先進的取組の事例等を活用した合同検討会議を開催。
- ③地域における研究成果の普及啓発  
○子どもの生活習慣や学力、体力の水準等に課題を抱える地域等において、大学や企業、行政、学校、商工会、民間団体等との協働により、これまでの学校・家庭・地域の取組手法に加え、企業CSRや社内における理解等を促進するための研究発表会を実施。

企業や働く親層等に向けたハンドブック等を作成

企業や地域の取組を促進し「早寝早起き朝ごはん」国民運動の推進

企業とのタイアップが

Jリーグクラブとファーストフードの連携した国民運動のトレーニング全国展開

働く親や企業との連携啓発  
WJTBによる取組の促進  
生活習慣づくりしを支援  
企業CSRとの協働による  
子どもの基本的な生活習慣づくりの推進

# 「早寝早起き朝ごはん」全国協議会 による国民運動の推進

## 平成23年度実施予定事業

- 「早寝早起き朝ごはん」キャラバン隊(予定)  
全国の学校等、地域の行事やイベント等を活用し、子どもの基本的な生活習慣の重要性について、保護者や子どもに対して普及啓発活動を展開。
- 「早ね早おき朝ごはんコミュニティサイト」の運営  
「早寝早起き朝ごはん」国民運動に関する情報の他、各種啓発用ツールの提供  
(やなせたかし氏 啓発紙芝居、フォーラムでの配付資料等)
- 指導者用資料の配布  
教員や地域の指導者等が学校や地域で普及啓発ができるよう、科学的根拠を踏まえながら早寝早起き朝ごはんの重要性を理解していただくため、指導者用資料「早寝早起き朝ごはんガイド」を配布。  
～その他、各種イベントへの出展等の実施を予定しています～



## 健やか親子21

国立成育医療研究センターの取り組み

国立成育医療研究センター

奥山 真紀子

## 思春期の保健対策の強化と 健康教育の推進

- ④ 思春期医学の発展に向けての努力
  - 現在、医師が海外で思春期医学を研修中
  - 児童・思春期の自殺研究(こころの診療部)
- ④ 神経性食欲不振症への診療・研究
  - 総合診療部、こころの診療部
- ④ 肥満への診療・研究
  - 内分泌科
  - ⇒母子コホート等での研究推進

## 妊娠・出産に関する安全性と 快適さの確保と不妊への支援

- ④ 妊婦死亡率低下へ
  - 合併症出産への積極的診療
- ④ 妊娠・出産に満足
  - LDR導入など積極的取り組み
- ④ 産後うつ の発生率低下へ
  - 妊娠中期間診票での対応
- ④ 不妊・不育への対応
  - 特別の外来で積極的に対応
- ④ 産科医師の教育

## 小児保健医療水準を維持向上させるための 環境整備

- ④ 周産期死亡・低出生体重・新生児死亡の低下
  - 産科入院病床の増床、MFICUの設置(工事中)
- ④ 幼児死亡
  - 日本で数少ないPICUでの診療
- ④ 不慮の事故の防止
  - 事故防止プログラム(家庭内事故で来院した親に対して)
  - 病院における事故防止・蘇生の啓発イベント(看護部)
  - 事故情報の収集(消費者庁の事業に参加)
- ④ 救急医療体制整備への取り組み
- ④ 小児科医師の教育

## 子どもの心の安らかな発達の促進と 育児不安の軽減

### 虐待対応

先駆的に開院時より院内システム(SCANチーム)を構築して、見逃さない対応を行い、地域との連携を図ってきた

SCAN対応事例に関するデータベースを構築して検討してきている

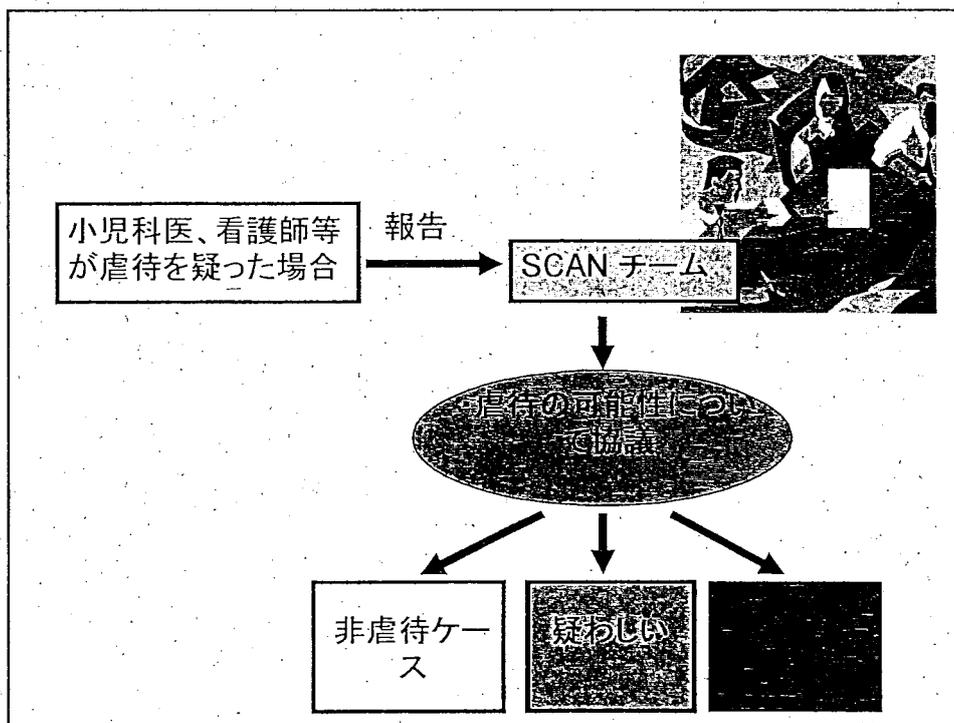
### 虐待予防

試行的に2007年より妊娠中期間診票を用いて、妊婦さんの不安・うつ傾向をスクリーニングし、不安・うつ傾向の高い妊婦さんに面接して支援を行ってきた⇒現在、その効果等に関して研究中

虐待対応院内システム(SCANチーム)

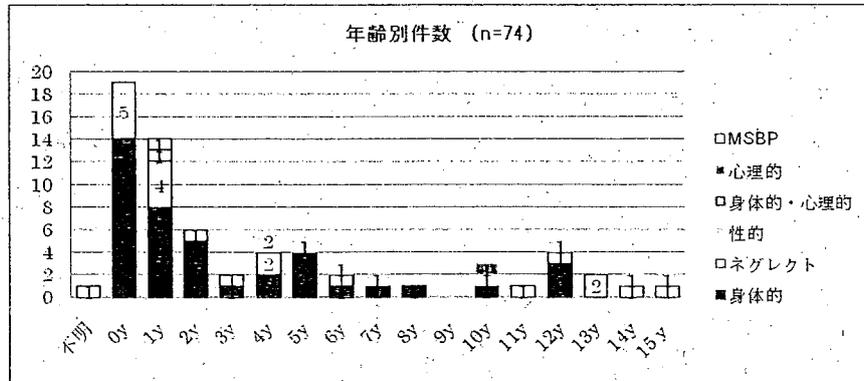
## 国立成育医療センターにおける SCANチーム

- ④ 様々な専門家で構成される虐待対策チーム(SCANチーム)
  - ④ 総合診療部
  - ④ こころの診療部
  - ④ 放射線科
  - ④ 眼科
  - ④ 産婦人科
  - ④ 看護師
  - ④ 医療ソーシャルワーカー
- ④ 医師や看護師が診察時等に虐待を疑った場合、SCANチームに報告し、SCANチームとして虐待の可能性について医学的所見、社会心理学的状況に関する情報に基づき協議し、その後の対応を行う

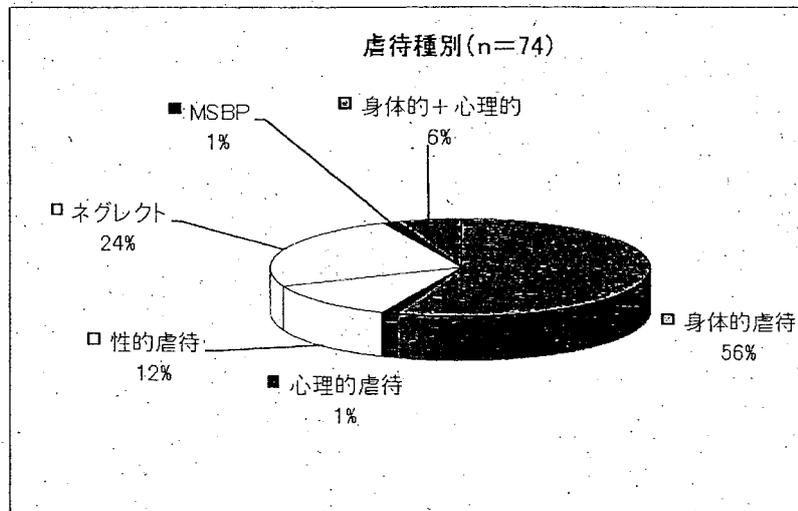




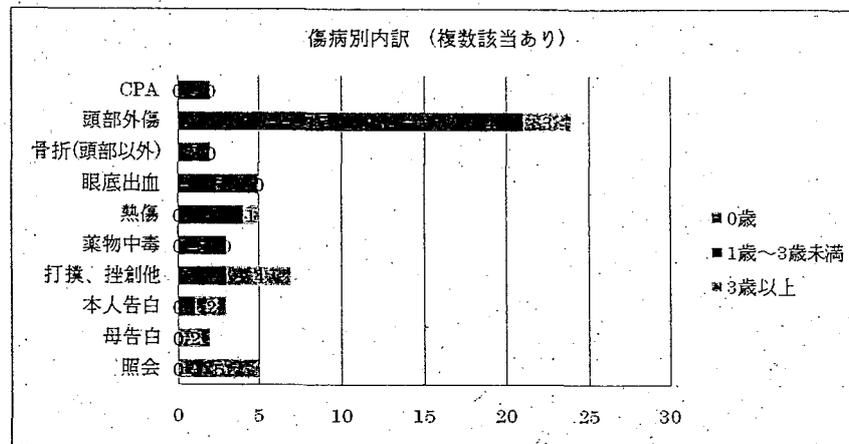
## 年齢分布(平成21年度)



## 虐待種別(平成21年度)



## 身体的虐待の傷病別内訳

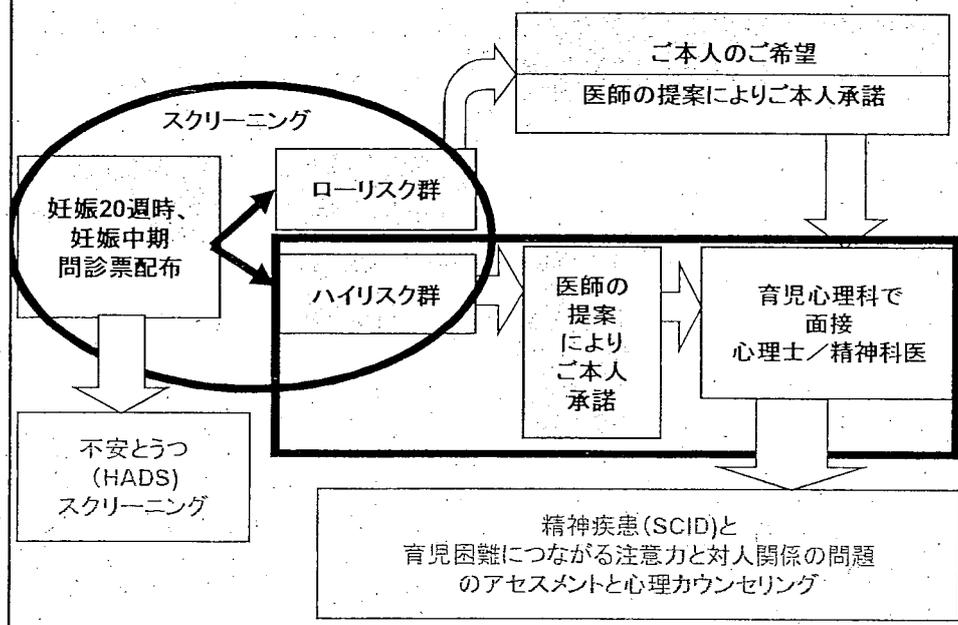


## 虐待対応システム

- ☞ 虐待の見逃しが少なくなっていた
- ☞ 虐待による頭部外傷を診断するのに必要な検査の実施率が向上
- ☞ MSBP等特殊な虐待対応は第三者としての対応システムがないと困難
- ☞ 臓器提供施設には虐待対応システムが必要とされた
- ☞ 虐待対応システム運営マニュアルを作成

## 胎児期からの小児虐待防止対策

### 妊娠期のスクリーニング業務の流れ



## 面接内容

### ④精神疾患(SCID)

④ 一日の大半を憂うつに感じたり、落ち込んだりすることが毎日のように続いた時期がありますか？

④ 過去6ヶ月間に、特に神経質または不安になったことは？

### ④注意力の問題(ASRS)

④ 注意を持続できない、物事を順序だてるのが難しい、おしゃべりしすぎる、何かをせずにはいられないなど

### ④対人関係の問題(PARS)

④ 同じ質問をしつこくする、言われたことを場面に応じて理解できない、要求のあるときだけ人とかかわる、人の気持ちや意図がわからないなど

## 妊娠期のメンタルヘルスと産後の育児困難に関する研究～プロトコル

2007年7月から2009年10月

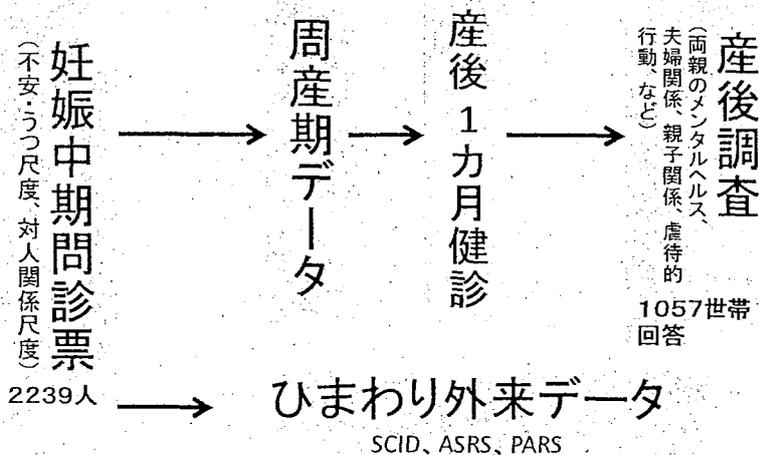
周産期

産後1ヶ月

平成21年11月配布

(妊娠20～30週頃)

(産後1ヶ月～2年)



## 妊娠中の不安・うつと母子関係

- 妊娠中期不安・うつ高得点群
    - ⇒育児困難感が高い
    - ⇒ボンディング尺度が低い
    - ⇒虐待行動が多い
- (t検定で1%水準で有意)

## 妊娠中の不安・うつと、産後の不安・うつの関連

- スクリーニングでハイリスクに該当する人は、
    - 妊娠中35.3%
    - 産後47.7%に増加
  - 産後でハイリスク群のうち、46.6%は妊娠中ローリスク
  - 妊娠中ハイリスクのうち、72.1%は、産後ハイリスクに移行
- ⇒これらのことから、
- ①妊娠中にスクリーニングで不安・うつに関してハイリスク群であった妊婦さんは母親になっても不安・うつのハイリスクの可能性が高い
  - ②ただし、妊娠中のスクリーニングで不安・うつのリスクが高くない群でも母親になって不安・うつの得点が高値になる群があり、その方々のピックアップと支援開始が必要(1カ月健診?)

## 最後に

国立成育医療研究センターは親子の心身の健康に関して、直接の診療のみならず、研究に基づくモデル提示や方向性の提言も行っております。

今後とも皆様のご協力をお願いいたします。

## 国立保健医療科学院

「保健医療事業、生活衛生、社会福祉事業に関する自治体職員の養成および訓練、並びにこれらに関する調査研究をおこなう機関」

健やか親子21に関する主な研究及び研修等の実施状況：

### 生涯保健部

- 1.胎児期から乳幼児期を通じた発育・食生活支援プログラムの開発と応用に関する研究
- 2.低出生体重予防政策による短期的・長期的医療費削減効果に関する研究
- 3.乳幼児身体発育調査の円滑な施行に関する研究
- 4.ペアレントトレーニング地域啓発による児童虐待及び発達障害の予防に関する研究

研修事業：公衆栄養研修

### 公衆衛生看護部

- 1.次世代育成支援政策における産後育児支援体制の評価に関する研究
  - (1)乳児家庭全戸訪問事業(こんにちは赤ちゃん事業)の評価指標の検討・開発
  - (2)産後早期家庭訪問指導に関する研修の実施とその評価
  - (3)産後ケアセンター利用者の追跡調査および施設の評価

- 2.母子健康手帳の作成と活用に関する調査研究

母子健康手帳に関する母親のニーズ調査—フォーカスグループインタビューからみる母親の改訂への意見—

研修事業：児童虐待対策防止研修

### 疫学部

- 1.青少年の喫煙、睡眠障害、メンタルヘルスに関する実態調査
- 2.未成年者の性感染症と避妊法の知識に関する実態調査
- 3.若年者の性感染症に関するサーベイランス調査

### 生活環境部

- 1.児童の受動喫煙の実態—尿中コチニンのELIZA法による測定
- 2.放射線と妊娠に関するリスクコミュニケーションのサイトを運営

### 建築衛生部

- 1.障害のある子どもの成育・子育てモデルの検討と住環境整備の介入のあり方