

### 質問票返送にご協力お願いします

学年質問票では、小学校での身体測定記録が必要になります。身長・体重・測定日はとても重要な項目です。測定記録の写真やメモを残しておいてください。質問票返送の謝礼にJCBギフトカードをお送りいたします。



お誕生月  
質問票用封筒

学年質問票用封筒

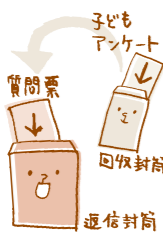
### 10歳質問票より、お父さんご自身が回答いただく「子どもアンケート」調査がスタート!

詳しくは「質問票」にはさんである「保護者の方へ」をよくお読みいただき「子どもアンケート」調査にご協力をお願いします。ぜひ「子どもアンケート」と「質問票」を一緒にご返送ください。

#### ご注意ください!!

「子どもアンケート」のみのポスト投函が増えています

10歳・11歳・12歳質問票に同封されている「子どもアンケート」を緑の封筒(子どもアンケート回収封筒)に入れて、ポストに別々に投函されるケースが増えています。「子どもアンケート」を送りたい際には、必ず保護者質問票と一緒に返信封筒にご返送をお願いいたします。



子どもアンケート

質問票

返信封筒

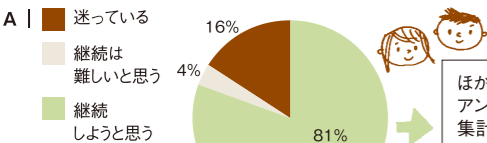
### WEBアンケートへのご協力、ありがとうございました!

今回は、838名のみなさんがご回答くださったアンケートの集計結果の一部をご紹介します。

13歳以降の調査が継続になったことについて聞いてみました!

- Q | 継続になったことを何で知りましたか? (複数回答)
- A |
- ・会報誌「ちよるんNews」 48% (404名)
  - ・エコチルだより(コアセンター) 47% (390名)
  - ・その他 Instagram(11名) HP(9名) ポスター(3名) 新聞(2名) ケーブルTV(1名) など
  - ・知らなかった 22% (183名)

Q | 13歳以降の調査について、今後継続しようと思っていますか?



※数値は四捨五入の関係で加算値が100%になっていません。

### ずっと、ぎゅっ! 第3部連載

2023年5月より高知新聞(全20回)と高知の子育てウェブメディア「ココハレ」(全5回)にて、参加者のみなさんから頂いたデータを基に子育てコラム第3弾を連載してきました。ぜひご覧ください。

詳しくはこちら「ココハレ」エコチル調査

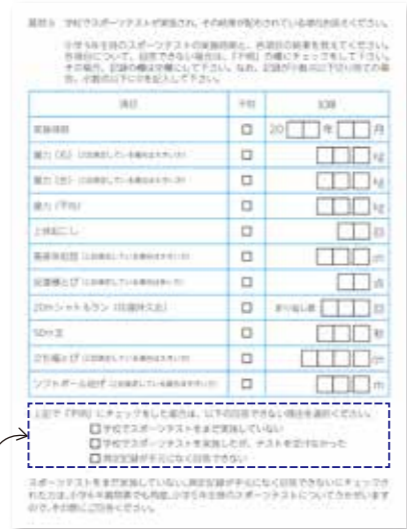


https://kokoharekochi.com/article/original/ecochil/

お問い合わせ エコチル調査 高知ユニットセンター  
〒783-8505 南国市岡豊町小連高知大学医学部内エコチル調査高知ユニットセンター事務局  
TEL 088-855-4351 | 平日9時-17時 |  
メールでのお問い合わせはホームページのメールフォームをご利用ください

### 小学5年質問票では学校でのスポーツテストの結果をおたずねします

- 小学6年質問票にも小学5年時の結果の記入欄があります。
- 学校から記録用紙が配布されたら写真を撮って保存しておいてください。



記入できない場合はこちらの3つのどれかひとつにチェックを入れてください。

■ スポーツテストの結果について学校にお問い合わせいただく必要はありません。



### 「10歳」にぶんのいち成人式キャンペーン

10歳を迎えるエコチルキッズのみなさんへ10歳を迎えたことを記念して、「10歳質問票」をご返送いただいた方全員に「ちよるん文具セット」をプレゼントいたします。



日本全国の小学生にプレゼントしたい

### 学童期検査

今年度から始まった小学6年生対象の学童期検査にたくさんのご参加をいただき、ありがとうございました。2024年の検査は5月からスタートします。対象者のみなさんには4月にご案内をお送りします。大きくなったみなさんにお会いできるのをスタッフ一同楽しみにしています。たくさんのご参加どうぞよろしくお願いいたします。

### 詳細調査にご参加のみなさんへ

いつもご協力ありがとうございます。おかげさまで2023年度も多くのみなさんにご参加いただき、ありがとうございました。2024年度は10歳詳細調査の2年目の年になります。対象の方(2014年4月~2014年12月生まれ)には3月頃から順にお電話でご連絡させていただきますので、どうぞよろしくお願いいたします。さらに成長したみなさんにお会いできるのを楽しみにしています。

### ご注意ください 乳歯の提出期限が近づいています!

乳歯調査へご協力の小学4年生の方は、「乳歯回収キット」へ乳犬歯2本と乳歯調査票を入れて2024年3月31日までに返送ください。※質問票に同封しないでください。ご不明な点がございましたらお気軽にお問い合わせください。



高知県教育委員会事務局 保健体育課からのお知らせ

### 親子でできる運動遊びのご紹介

からだを使った遊び(運動遊び)は、基礎的な体力や動きの発達に寄与するだけでなく、人間関係やコミュニケーション能力が育まれるなど、子どもの心身の発達に効果的であることが知られています。そして、健康や体力は積極的にからだを動かすことを継続してこそ得られると言えます。ここでは、令和3年子育てコラム集に引き続き楽しい運動遊びをご紹介します。お父さんと一緒に楽しみ、運動機会を増やしていきましょう!!

~体のバランスをとる動き~ (立つ、座る、回る、ぶら下がる など)

#### ++ シャカみ相撲 ++



- ▶ 親子で向かい合ってしゃがみます。
- ▶ シャカんだ状態で両手を合わせ、足の位置を動かさないようにして押し合います。
- ▶ バランスを崩した方の負けです。
- ▶ 慣れてきたら両足立ちや片足立ちでやってみましょう。

詳しくはコチラ

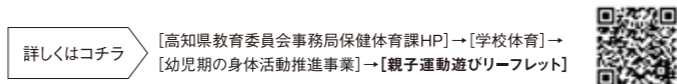
[高知県教育委員会事務局保健体育課HP] → [学校体育] → [幼児期の身体活動推進事業] → [親子運動遊びリリース]

~用具などを操作する動き~ (投げる、捕る、転がす、蹴る、押す など)

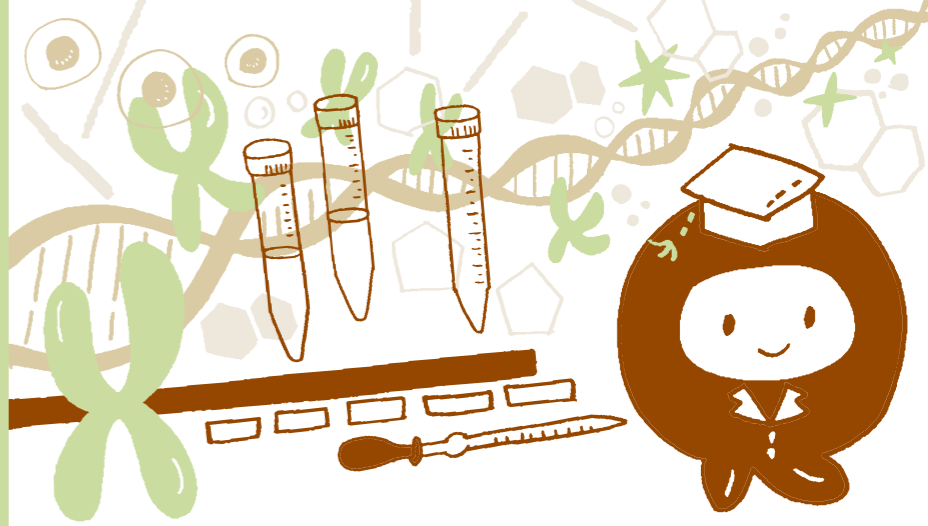
#### ++ タオルキャッチボール ++



- ▶ タオルを結んで、ボールのようにします。親子でキャッチボールをしましょう。
- ▶ 最初は、短い距離で、下手投げで行います。慣れてきたら、徐々に距離を遠くしたり、オーバーハンドで投げたりしましょう。



# こうちエコチル調査 ちよるん News vol.23



こうちエコチル調査会報誌 | 2024年2月発行 |

contents | 研究者に会いに行こう! | 13歳以降の調査について | おしえて安光先生 | アンケート集計結果 | 子育てレター | お知らせ・キャンペーン |

## 研究者に会いに行こう! ~高知大学医学部って、どんなところ? 何をしている?~

高知大学医学部ってどんなところ? エコチルキッズのそんな疑問に医学部の先生方が答えてくれるイベントが行われました。エコチル調査高知ユニットセンターの菅沼成文センター長は、「今日は私たちの研究室のいろいろなものの中の一部を見てもらおうと思います」と、子どもたちを歓迎しました。



エコチル調査は世界が注目しています!



### 先生のお話 エコチル調査ってこんなにすごい!

子どもたちが学校でも学んでいる水俣病の話から始めた栄徳先生。「水俣病の最初の患者さんは子どもで、水銀に汚染された魚を食べたお母さんから生まれた赤ちゃんも水俣病を発症していることがわかりました」と話し、エコチル調査の始まりは化学物質や生活習慣が子どもに及ぼす影響を調べていくためだったことを教えてくれました。また、日本で行われている10万人を対象にした調査は世界からも注目されていて、高知大学医学部でもさまざまなデータの解析が行われていることも知りました。



令和5年8月11日(金・祝)  
高知大学医学部総合研究棟IIセミナー室、他  
小学6年生のエコチルキッズ9名参加

栄徳 勝光 先生

高知大学医学部環境医学教室 講師/高2、中3、小6、男の3人の父。東京大学・大学院卒業。公衆衛生を専門として生活習慣や遺伝、子どもの健康について研究。エコチル調査ではセンター長代理として調査全般に関わり、研究もを行っています。

### エコチル調査ツアー

#### データの解析が行われている環境医学教室を見学

こちらではエコチル調査から得られたデータを使って環境因子が子どもの体にどのように影響しているかなどの解析や論文の執筆を行っています。また、職業性肺疾患と環境因子との関係を調べるために動物実験やAIを使ってデータ解析をしていることも教えてもらいました。



実験の手順を説明する丸尾奈生研究員

DNA抽出に使う実験キット

遠心分離機で軽い物質と重い物質に分けます

この白いものがDNA。実験成功!

#### 野菜ジュースからDNAを抽出してみよう!

実験室ではエコチル調査の学童期検査・詳細調査で提供いただいた血液や尿などの管理と仕上げ作業が行われています。子どもたちは実験室の研究員になったつもりで、野菜ジュースからDNA(生き物の体をつくるための設計図)を抽出する実験を体験しました。まずは用意された実験キットを使って丸尾研究員の説明を聞きながら手順に沿って慎重に進めていきます。試薬を混ぜた容器を遠心分離機に入れたのち、さらに実験を進めていくと最後に白い糸のような物質=DNAが現れてきました。「すごい!」初めて目にするDNAに子どもたちは大興奮です!



データ解析が行われている環境医学教室

山崎慶子研究員の話を真剣に聞いています

お問い合わせ エコチル調査 高知ユニットセンター  
〒783-8505 南国市岡豊町小連高知大学医学部内エコチル調査高知ユニットセンター事務局  
TEL 088-855-4351 | 平日9時-17時 |  
メールでのお問い合わせはホームページのメールフォームをご利用ください

エコチル調査コールセンター(全国共通)  
☎ 0120-53-5252 | 年中無休 9時-22時 |  
子育て・健康相談はこちらまで



ホームページはこちらから <https://kochi-ecochil.jp/>  
検索ワード→こうちエコチル

SNSもやっています







### 「丈夫な体づくり～健康が一番～」

小学6年生の子どもたちは体の成長が活発で、成長過程の重要な時期にあります。市川先生は、人の成長には環境や遺伝、生活習慣が影響していることや、健康な体づくりに栄養摂取と消費のバランスが大切で、そのために必要とされることを例を挙げて説明してくれました。また、骨は丈夫な体づくりに欠かせないもので、「今の若いころから骨密度を意識して運動・栄養・日光を取り入れることで疾病予防、疾病死亡率の低下、生活の質の向上につながります」と話し、子どもたちは骨の大切さも学びました。

### 先生のお話

**市川 厚 先生**  
高知大学医学部生理学  
教室助教  
女の子2人の父  
高知大学医学部・大学院卒業。生理学と検査医学を専門として検査技師も務めています。エコチル調査では高知独自の追加調査に関わっています。

健康な体づくりに取り組みましょう!



体のいろんなことがわかるんだって!



### 身体測定で自分の体を知ろう! (体組成測定体験)

体組成とは体を構成する組織のことで、身長と体重を測り体組成計に入力すると体脂肪量、筋肉量など体のいろいろな数値を知ることができます。普段の健康診断ではなかなか受けられない検査なので保護者の方も興味津々です。

初めての骨密度測定にドキドキ!



### 骨密度はいったいどのくらいかな? (骨密度測定体験)

透明なジェルを塗った足を測定機に入れて、かかとの骨に超音波をあてることで骨の強さ(骨密度)を測定します。市川先生は一人ひとりの測定結果を見ながら、これからの生活で気を付けたいことなどのアドバイスをしてくれました。

### 栄徳先生からのメッセージ

## エコチル調査はこれからも皆さんが主人公です

終わりの挨拶に立った栄徳先生は、「13歳以降も続く調査ではアプリなども使って行います。より良い調査とするために一緒に作り上げていきましょう。今日はどうもありがとうございました」と、これまでエコチル調査にご協力いただいた保護者の方々や子どもたちに感謝を述べ、大きな拍手とともにイベントを締めくくりました。



### インタビュー

## 子どもたちにイベントに参加した感想を聞きました!

**DNAを取り出す実験が楽しかった!**  
野菜ジュースからDNAをどうやって取り出すのか最初は不思議だったけどうまくできました。最後にプレゼントをくれたのもうれしくて、また参加したいです。  
(植野 汐音さん)

**実験を夏休みの自由研究にしたいな。**  
骨密度は測ったことがなくて、これから何に気を付けたらいいか聞けてよかった。実験ではスポイトを使ったりする作業が面白かったので、自由研究にしてみたい。  
(中平 凌太郎さん)

**水俣病のことがとても興味深かった。**  
水俣病のことは学校で習っていたけど子どもへの影響など詳しくは知らなくて。将来自分のお腹に子どもができたらか食べ物などちゃんとしていきたいと思えました。  
(田中 かおりさん)

**自分の骨密度が知れてよかった!**  
運動やカルシウムを摂ることで骨密度が高くなるのが知れてもっと運動をしようと思った。実験など普段経験できないことができて貴重な経験になりました。  
(深田 紗世さん)

**DNAが肉眼で見れると思わなかった!**  
DNAがどこにあるのか知らなかったけど肉眼でも見れて驚きました。これからもエコチル調査を続けたいし、医学の発展につなげてほしいです。  
(大平 恵太さん)

栄徳先生



市川先生

### 保護者の皆さんの感想

▶なかなか入れない実験室に入って子どもたちが楽しそうに実験をしている様子が見られてよかったです。

▶子どもの健康は妊娠中から関係しているということを知りました。この子たちが大人になったとき気を付けて過ごしてくれたらいいなと思いました。

▶水俣病の話は自分自身も知らないことがあって勉強になりました。またこんな機会があったらぜひ参加したいです。

### エコチル調査はこれからも参加します!

先生方の話はとても分かりやすく、水俣病についても学校で習っていたことつなげて考えることができました。私は理科の実験や研究が好きなのでまた参加したいです。  
(斎藤 葉月さん)

### 実験キットを使って家でやってみよう!

遠心分離機を使ってDNAを抽出する実験が面白かった! 骨を硬くするにはカルシウムを摂ったり吸収を促進する食べ物を摂ったりしたいことがわかりました。  
(松尾 紫音さん)

### 学校で学べないことがたくさんあった!

実験は最初どうなるかわからなかったけど、集中してやると最終的にDNAができてすごいと思った。今日は楽しかったのでまた来たいです!  
(村岡 歩さん)

### エコチル調査の大切さわかりました。

毎日の暮らしで大切なこととそうじゃないことの説明がわかりやすかった。先生の話からエコチル調査の大切さもわかってこれからも続けたいと思いました。  
(小池 太市さん)

ご参加ありがとうございました

### column

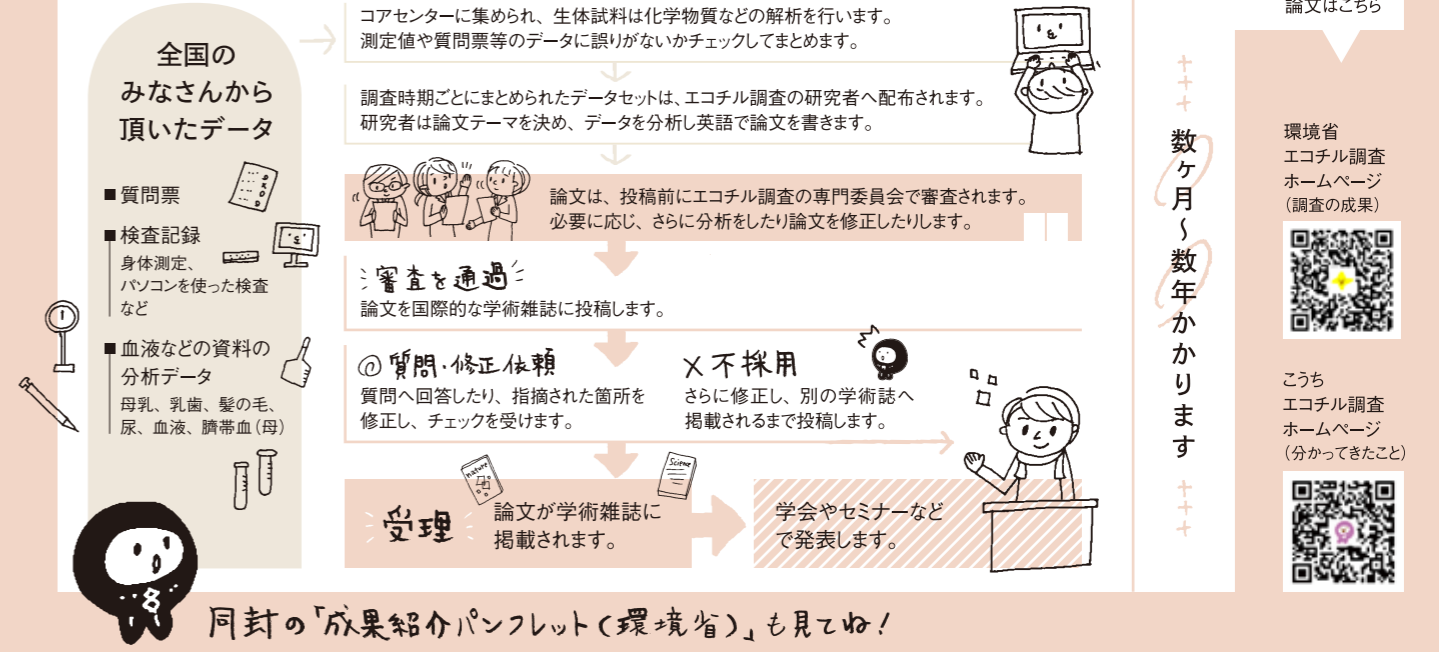
おしえて安光先生



**安光ラヴェル 香保子 先生**  
高知大学医学部特任助教  
女の子・男の子2人の母

## 論文が世に出るまでに、半年～1年以上かかるのをご存じですか?

みなさまにご提供いただいている質問票、生体試料、検査の結果などは、全て国立環境研究所(コアセンター)に大切に保管され、多くのプロセスを経て、少しずつその成果発表ができるようになってきました。現在、エコチル調査に携わる研究者は全国で約800名、そして約500編の論文が学術雑誌を通じて世界に発信されています。論文や学会発表を通じて世界中の科学者たちがコミュニケーションを重ね、少しずつ科学が進歩していく中に、エコチル調査の貴重な研究結果も貢献しています。科学的な研究結果が国の政策に影響を与えることもあり、私たち研究者は、参加者ひとりひとりからいただくデータの大きさを日々実感しながら調査に携わっています。



同封の「成果紹介パンフレット(環境省)」も見てね!

### ▶13歳以降調査について

環境省動画チャンネル ▶ [エコチル調査ってなんだらう?～13歳以降の調査に向けた環境省からのメッセージ～](全体版)

## 小学6年生のみなさんへ

「期間限定プレ質問票」対象期間延長 3/31まで!!

13歳以降調査に「同意」されていない方、まだまだ間に合います!!

2024年3月31日までに、13歳以降調査継続に「同意」して下さった方に500円分図書カードと「期間限定プレ質問票」回答で500ptが謝礼として進呈されます。まだ13歳以降調査に「同意」されていない参加者さんは、3/31までに参加者ポータル(アプリ)にログインをお願いします。

回答期限  
2024年  
4月1日

また、同意いただいたみなさんへ、昨年の12月より子どもアカウント情報(ID/パスワード)を簡易書留にて送付しております。アカウント情報が届いたエコチルキッズのみなさんは、参加者ポータル(アプリ)にログインして「期間限定プレ質問票」に回答して、ぜひ謝礼を受け取って下さい。

回答期限  
2024年  
4月30日

## 小学5年生のみなさんへ

小学6年生になったら説明書・アカウント情報をお送りします!!

エコチル調査は、当初はご参加いただいているお子さんが13歳に達するまでの計画で進めてきましたが、このたび、13歳以降も調査を継続することが決まりました。みなさんのご協力により多くの研究成果が報告され、社会貢献度が高いプロジェクトとして認められたためです。これまでいただいた情報を活かしつつ、思春期以降の健康などについても、調査研究を続けることになりました。

## これまでの調査と何が違うの?

13歳以降の調査では、質問票や謝礼について下記のように変更となります。

▶13歳まで(小学生)	▶13歳(中学生)以降
紙の質問票	様式 WEB質問票
ポスト投函	提出方法 参加者ポータル内での送信
主に保護者	回答者 保護者とお子さんそれぞれ
年2回	回数 年に5～6回程度の予定
1回につき30～40分	所要時間 1回につき5～10分程度
保護者	謝礼の対象 保護者とお子さんそれぞれ
JCBギフトカード	謝礼の内容 ポイント

