

13歳以降調査について

小学6年生のみなさんへ

13歳以降調査の「継続手続き」はお済みですか？

13歳以降調査にご協力いただける方は、ぜひ2026年3月31日までに手続きをお願いします。
期日までにご回答いただくと、下記の最大1,500ポイントを受け取ることができます！

保護者

Step1 保護者の方ログイン⇒
継続（同意）意思確認500ポイント付与 P

Step2 継続手続きの翌日
保護者向け「期間限定プレ質問票」配信⇒回答500ポイント付与 P

お子さん

Step3 保護者Step2と同日
子どもアカウント（アプリ配信）
お子さんログイン⇒
「期間限定プレ質問票」確認、回答500ポイント付与 P

親子はそれぞれ別に
ログインが必要だん

3.31

親子はそれぞれ別に
ログインが必要だん

中学1・2年生のみなさんへ

13歳以降調査Web質問票への回答はお済みでしょうか？
どんどん答えて、ぜひ謝礼ポイントをお受け取りください。

謝礼ポイントについて

ポイント毎に有効期限があります。
期限内にポイント交換を行わないと失効してしまいますので、お早めに交換してください。

■ポイント交換・ポイント履歴は、
参加者ポータル（アプリ）の「マイページ」で確認できます。

【マイページ】⇒【ポイント管理】⇒【ポイント交換する】より「ギフトコード」に交換してください。
電子マネー等に交換できるURL（有効期限有）が届きますので、URL先の指示に従って
「選べるe-GIFT」（外部サイト）でお好きなギフトに交換してください。
※ギフト商品には年齢制限、有効期限がある場合があります。必ず、ご確認をお願いします！

Point

選べるe-GIFT HP

参加者ポータルポイント交換先リスト/
ギフト交換がわからないという方は
「選べるe-GIFT」エコチル調査専用ページでご確認ください

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
簡易書留でお送りしますので、必ず受け取ってください！！

中学生からはお子さん、保護者の方それぞれにWeb質問票が届きます。回答をよろしくをお願いします。

小学生まで

回答したら
封筒に入れて投函

質問票は主に保護者が回答

10歳からは
子どもアンケートに
回答

回答にかかる時間が
30分～40分の質問票を
年2回

商品券
（JCBギフトカード）

中学生から

Web上で
すべて完了

質問票は
それぞれで回答

同じスマホでも、
別々のスマホでもOK

※アカウント毎にログインが必要です

2～5分くらいで
回答できる質問票を
年10回程度

それぞれにポイント付与
保護者 お子さん

好きなギフトに交換できる

参加者ポータル（アプリ）
コンシェルジュデスク

高知大学朝倉キャンパス・南国オフィスパーク
センター別棟・幡多けんみん病院にて
13歳以降調査【参加者ポータル（アプリ）】
のよろず相談を開催しています。
お茶をしながらゆっくり過ごしていただき、いろん
なご相談を承ります。
開催のご案内は、こうちエコチル調査公式
Instagramよりお知らせしています。

ID・パスワードが
分からない(>.<)

ポイントの交換って
どうやってするの？

13歳以降調査って
どうやって始めるの？

詳しくはこちら

話題の
スポンジプレゼント！

学童期検査会場では、当日スタッフが
13歳以降調査継続手続きのご説明をさせていただきます。
検査前日までに13歳以降調査継続お手続きを済ませて
お越しいただいた方にプレゼントをお渡ししています

注）数量限定となりますので
無くなり次第終了と
させていただきます

この4月から小学6年生になるみなさんへ

2026年度の学童期検査は4月から開始予定です。対象の方には
ご協力についての書類をお送りします。ご予約お待ちしております！

6年生になるまで
待ってね

質問票返送に関するお知らせ

11歳・12歳・学年の質問票返送にご協力をお願いいたします

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。
また、お手元に残っている質問票はありませんか？質問票返送の謝礼にJCBギフトカードをお送りしています。ぜひ質問票をお送りください。

もらえるよ

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ています

■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
てくださいね。

■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。

質問票

子ども
アンケート

回収
封筒

返信封筒

ご注意ください！
■「子どもアンケート」は必ず
保護者質問票と一緒に返送してください
「子どもアンケート」だけを緑の封筒（子どもアンケート回収
封筒）に入れて、ポストに投函されるケースが増えています。
「子どもアンケート」は単独で投函せず、必ず保護者質問
票と一緒に返信封筒にて返送をお願いいたします。
■文字の消えるボールペンの使用はしないでください
文字の消えるボールペン（フリクションボールなど）は温度
変化により文字が消えてしまう事があります。質問票の記
入は鉛筆、シャープペン、黒のボールペンで記入してください。

詳細調査からのお知らせ

2013年度生まれ（現在小学6年生）のみなさんへ

長きにわたりご協力いただきました詳細調査も、12歳（小6）をもって終了となります。これまでのご協力
に心より感謝申し上げます。なお、検査会場にお越しいただけなかった方には、感謝状を送付させてい
ただいております。ご協力ありがとうございました。また、13歳以降調査継続手続きがお済みでない方は、
引き続きお手続きを進めていただけますと幸いです。ご不明な点がございましたら、どうぞお気軽にお問
い合わせください。これからは「詳細調査」という形ではありませんが、引き続きお身体のことを調べる機
会があります。健康維持にエコチル調査をぜひお役立てください。よろしくお願いいたします。

この4月から小学6年生になるみなさんへ

いよいよ詳細調査最後の年になります。ご参加してくださったみなさんの成長を拝見し、
スタッフ一同感慨深い思いです。検査日程のご案内は3月後半ごろにお送りする予定
で、ご予約はお電話で承ります。みなさんにお会いできるのを楽しみにしております。

中学3年生になったら
「ボランティア活動証明書」をお送ります

エコチル調査高知ユニットセンターでは、13歳以降調査に継続してご協力いただいているお子さん
へ、感謝の気持ちを込めて「ボランティア活動証明書」をお送りします。この証明書は、エコチル調
査に関心を持ち、積極的に研究にご協力いただいたことを証明するものです。進学や就職など、
社会貢献への意欲や経験をアピールする場面でぜひお役立てください。

2011年度生まれのお子さんの場合

■発行基準、2026年3月31日時点で13歳以降調査継続手続きが
親子で完了していること（親：同意＋子：ログイン）
■発行時期、2026年4月頃（中学3年生の春頃）
※今後、2012・2013・2014年度生まれのみなさんにも中学3年生の春頃にお送りする予定です

エコチル調査 高知ユニットセンター
〒783-8505 南国市岡豊町小蓮 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
TEL088-855-4351 | 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 |

エコチル調査はSDGsに貢献しています

3 持続可能な開発目標

12 消費の責任

エコチル調査

環境省
Ministry of the Environment

高知大学
Kochi University

こうちエコチル調査

こうちエコチル調査
ちよるん
News vol.27

こうちエコチル調査会報誌 | 2026年2月発行 |

contents | 研究者に会いに行こう！ | 広報イベント開催報告 | おして矢野先生 | エコチル調査からわかってきたこと |
| WEBアンケート集計結果 | 13歳以降調査について | お知らせ | 子育てレター |

高知の旅シリーズ

研究者に会いに行こう！
～い3んなDNAを調べてみよう～

令和7年8月9日（土） | 高知大学医学部実習棟第3実習室 | 小学6年生のエコチル調査参加者親子17組が参加

高知大学医学部ではどんな研究をしているの？高知大学医学部の先生方がそんな疑問に答えてくれるイベントを開催しました。最初に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から「今日はDNAの実験をしていただきます。みなさん頑張ってください」と開会宣言が行われました。

受田学長より
始めの挨拶に立った受田浩之学長。農学部時代の研究を懐かしく振り返るとともに、「リアルな世界で体験することで、子どもはいろいろなことを感じ、興味を広げます。その興味に従って常識を疑ってみましょう。そうした好奇心を保護者が支えていくことも大切です。今日は大いに楽しんでください」と話しました。

1 エコチル調査ってすごい！

高知大学医学部環境医学教室講師の柴藤勝光先生がエコチル調査について説明しました。「私たちは環境中の化学物質が子どもの健康にどのように影響するのかをみなさんのご協力のもと調べています。ここ数十年で子どもの健康に関する問題が増えてきています。その原因を明らかにすることで、病気の予防に役立てることができそうです」と話しました。集めたデータを大切に保管・解析して、みんなが健やかに暮らせる環境づくりを目指していること、10万人を対象とした調査が世界から注目されていることも知りました。

2 DNAを取り出す準備

子どもたちは実験室の研究員になって、野菜ジュースと自分の唾液から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。最初に森温子研究員が「仮説、実験、結果の流れで行います。研究って面白いなとみなさんに感じてもらえたらうれしいです」と話しました。子どもたちはDNAがどんな形か予想し、ワークシートに書き込みました。そのあと、実験キットの容器にそれぞれ野菜ジュースと唾液を慎重に入れ、洗剤を入れてシェイクしました。

3 遠心分離

準備が終わったら容器を遠心分離器にかけます。遠心分離とは、重さが違う物を遠心力を使って分ける方法です。実験の手順を説明する丸尾奈生研究員は、「遠心分離は病院や実験でも使われています。みなさんが参加してくれているエコチル調査でも使われているんですよ」と話しました。自分の試料が入った容器を研究員に手渡す子どもたちは、どんな結果が出るのか期待で胸を膨らませていました。

4 DNAが見えた！

遠心分離が終わると、スポイトを使って自分の容器にエタノールを加えじっくり観察を続けました。しばらくすると色のついた液体とエタノールの境界に白い糸のような物質が現れてきました。これがDNAです。「すごい！見えた！」と大喜びの子どもたち。唾液からDNAを抽出するのは少し難しかったようですが、野菜ジュースのほうは全員が成功し、熱心に観察してワークシートに記録していました。またDNAや実験キットは家に持ち帰ることができ、「家でもやってみよう」と口々に話していました。

ホームページはこちら
https://kochi-ecochil.jp/
こうちエコチル調査 検索

SNSで最新情報を
発信しています

QRコード

Facebook

Instagram

実験を終えたあと、先生方や研究員は「仮説と結果を比べてみて、どうして?と思ったことがあったら家でも調べてみてね」と子どもたちに語りかけました。最後の挨拶にあたり栄徳先生は、保護者の方々や子どもたちに参加への感謝を述べ、「実験でDNAを抽出するというのは初めての経験だったと思います。DNAは体の細胞をつくるための設計図のようなもので、今回の実験

エコチル調査はみなさんとともに成長していきます

では、そのDNAを実際に目で見ると体験をしていただけたと思います。」と話しました。終わりに、「13歳以降もアプリ等を通してエコチル調査を継続することができま

矢野 宏光 先生 高知大学 教育学部 教授・博士(心理学) スポーツ心理学がご専門。剣道教士七段として国内外で活躍し、オリンピック選手のメンタルサポートも行う、1児の父

矢野 宏光 先生 高知大学 教育学部 教授・博士(心理学) スポーツ心理学がご専門。剣道教士七段として国内外で活躍し、オリンピック選手のメンタルサポートも行う、1児の父

エコチル調査からわかってきたこと

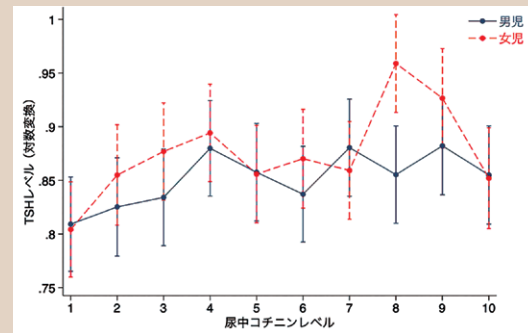
全国で実施されているエコチル調査、新たな研究成果が各拠点から日々発表されています。今回は2025年に高知ユニットセンターから発表された研究論文を紹介します!

【研究実施者】山崎 慶子 先生 高知大学医学部環境医学教室・エコチル調査高知ユニットセンター特任助教 男の子2人の母 毎日子育てに奮闘中

妊娠中のお母さんの喫煙が赤ちゃんの甲状腺に影響を与える?

赤ちゃんの体の中では、生まれる前から甲状腺という器官がはたらき始めています。甲状腺は、体の成長や脳の発達に関わる大切なホルモンをつくる場所です。甲状腺ホルモンは神経発達および体の成長に重要であり、血中甲状腺刺激ホルモン(TSH)レベルは甲状腺機能の指標※1となります。今回の研究ではエコチル調査に参加した約5万人のデータを用いて、妊娠中のお母さんのタバコばく露※2が新生児のTSHに影響を与えるのか性別毎に調べました。お母さんのタバコばく露の評価は尿中コチニン濃度を使用して評価しました。

その結果、お母さんの尿中コチニン濃度の上昇は、新生児のTSH値の上昇と関連しており、特に女兒においてその関連が顕著※3でした。妊娠中の母親のタバコの煙のばく露は、男女ともに子どもの血中 TSH レベルの用量依存的※4増加と関連していました。特に、高レベルの受動喫煙※5にばく露された母親から生まれた女兒は、TSH レベルの上昇リスクが最も高く、新生児の甲状腺機能への潜在的な悪影響となる可能性を示しています。



山崎先生からのメッセージ message

今回の研究は妊娠中の喫煙が赤ちゃんの体に与える影響の一部を調べたものです。エコチル調査の開始以降、喫煙率は全体として減少傾向にあり、特に若年層での低下率が顕著です。これから先、お子さんが成長する中でタバコに触れる機会が出てくるかもしれませんが、タバコが体にもたらす影響は一面的ではなく、発達や健康にさまざまなかたちで関わる可能性があることを、ぜひご家族で共有していただき、防煙活動に取り組んでいただきたいと思います。

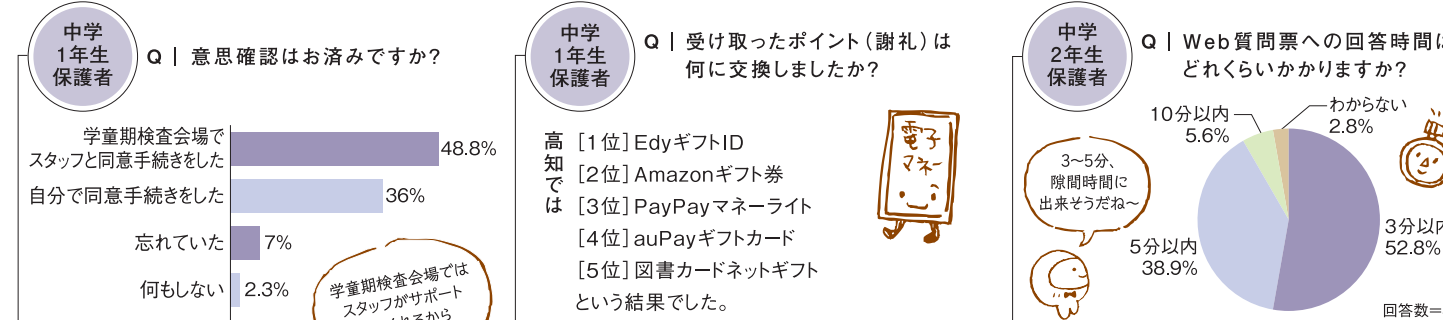
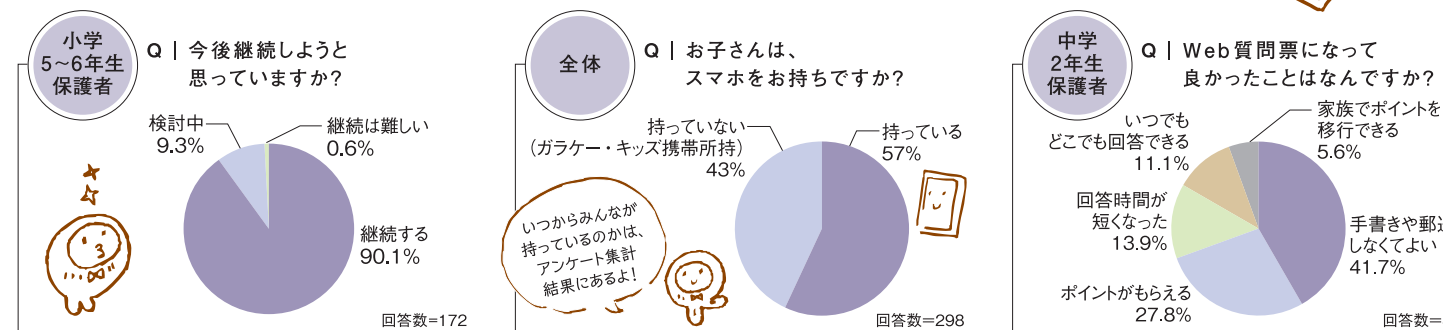
【言葉の説明】 ※1指標: 物事を判断したり評価したりする際の基準となる目印のこと ※2ばく露: 生体が有害な物質や環境に「さらされる」こと ※3顕著: 誰が見ても明らかであるほどはっきりと現れること ※4用量依存的: 薬などの量が増えるにつれて、効果や障害が発生する可能性も増すこと ※5受動喫煙: 他人のタバコの先端から立ち上がる煙(副流煙)や喫煙者が吐き出す(呼出煙)にさらされること

【発表雑誌名】 International Journal of Hygiene and Environmental Health (衛生と環境保健の国際雑誌) DOI: 10.1016/j.ijheh.2025.114544

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、298名もの皆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歳以降調査について、みなさんに聞いてみました! ※数値は四捨五入の関係で、加算値が100%になっていない場合があります



ポイント交換先リストQRコード▶ 他にもポイント交換先が色々あります。詳しくは「選べるe-GIFT」ホームページでご確認ください

check it !! このほかのアンケート集計結果はこちら https://kochi-ecochi.jp/questionnaire.html

イライラの中にある「想い」に気づく

～親も子ども笑顔になるアンガーマネジメント～

1「怒り」は患者ではない

子育ての中で、「何度言えばわかるの!」「ちゃんとしなさい!」と怒ってしまうことは誰にでもあります。しかし、怒りは本来、悪い感情ではありません。怒りとは、「大切なものを守りたい」「わかってほしい」という心のサインに他なりません。大切なのは、怒りを抑えつけることではなく、怒りに振り回されないことです。

2「心のコップ」理論: 怒りは少しずつたまっていく

怒りはよく「心のコップ」にたとえられます。日々の小さなストレス——家事の忙しさ、仕事の疲れ、家族とのすれ違いなど——が少しずつ積み重なり、やがてコップの水がいっぱいになったとき、怒りがあふれ出して爆発してしまいます。

ですから大切なのは、コップがいっぱいになる前に、少しずつ水を抜くこと。そして長期的には、怒りで満たされないように、心のコップ自体の容量を大きくしていくことです。これらの習慣が身につくことで、必要以上に怒りの感情を爆発させることが少なくなります。深呼吸をしたり、軽く身体を動かしたり、気分転換の時間を取ったり——そんな小さな「抜き方」を日常の中に取り入れることが、怒りをためないための大切な習慣になります。

3 怒りの正体は「○○すべき」という「ゆずれない価値観」

怒りの奥には、自分なりの「こうあるべき」「○○するべき」というゆずれない価値観が隠れています。「子どもは親の言うことを聞くべき」「約束は守るべき」「宿題は早く終わらせるべき」——。けれど、人には人の「べき」があり、子どもにも子どもな考えや感じ方があります。この価値観のズレが「怒り」を生み出すのです。「なぜ怒っているのか」を振り返ると、自分の「べき」に気づくことができます。それに気づくだけでも、怒りの感情は不思議と整理され、心に余裕が生まれます。

4 怒りの背後にある「一次感情」に気づく

怒りは心理学的には二次感情(セカンダリー・エモーション)と呼ばれます。その背後には、「不安」「寂しさ」「悲しみ」「心配」といった一次感情が潜んでいます。たとえば、「なんで宿題しないの!」という怒りの裏には、「このままだと困るのでは」「ちゃんと育てなきゃ」という親の不安や責任感が隠れていることがあります。このように、怒りの裏側にある一次感情を見つめることが、感情コントロールの第一歩です。



矢野先生からのメッセージ

怒りは悪い感情ではありません。それは「こうなってほしい」「守りたい」という『想いの表れ』です。親自身が心を整え、やさしく“伝わる”関わり方を身につけることが、子どもの安心と笑顔を生み出します。

子どもたちに聞きました! interview

実験が楽しかった! 島崎 寧々さん 実験はいかがでしたか? DNAを抽出する実験は初体験でした。唾液のほうは少し難しかったけど、野菜ジュースは取り出すことができて楽しかったです。今日取り出したDNAはおうちで父さんに見せたいです。研究者に会った感想は? 実際に先生方にお会いして、すごい〜と思いました。将来は医療系に進んで、実験や研究をする仕事に就きたいです。エコチル調査はこれまでたくさん論文が発表されていると聞いて、役立っていることが分かりました。今後も協力していきたいです。

実験に感じたことはありますか? 谷本 順さん 家の顕微鏡で観察したい! 今日の実験では野菜ジュースと唾液と両方のDNAを見ることができました。初めて実験してみて、そもそもDNAがどうしてあるとわかったのか、誰が発見したのか知りたくなりました。今日感じたことは? 僕は理科が好きなので、今日は楽しかったです。家に子ども用の顕微鏡があるので、取り出したDNAを家の顕微鏡で観察しようと思います。エコチル調査については、実感はわかないけれど今日大切が分かりました。今後も続けていく予定です。

参加してきたよ! 第1回エコチル調査全国フォーラム

「全国フォーラム」は環境省主催で11月1日(土)・2日(日)に東京大学(伊藤国際学術研究センター・山上会館)で開催されました。学会形式で行われ、小中高生による研究発表会(口頭・ポスター発表)やエコチル調査をテーマとした書道展・短歌展・かるた展、エコチル調査オリジナルかるたを使ったかるた大会など楽しいイベントでした。少し遅いですが、色々な形で参加方法がありますので、来年はぜひみなさんも参加してみてください(^^)私たちスタッフも応募してみようかな?

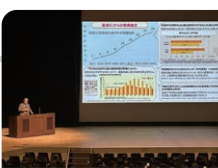


今年も科学の祭典楽しかったよ!

11月30日(日)に高知大学朝倉キャンパスで開催された「科学の祭典」では、今年も「バルーンロケット作り」をしました。たくさんの子どもたちが遊びに来てくれ、私たちスタッフもとても楽しかったです。

養護教諭・保健主事の方角への研修会

11月20日(木)に高知県立県民文化ホール(オレンジホール)で開催された高知県教育委員会主催「学校保健・健康教育推進研修会」でエコチル調査について菅沼センター長から少しお話をさせていただきました。



初!大人限定イベント

バリスタによるコーヒーセミナー

12月6日(土)に高知大学朝倉キャンパスで開催した「大人のためのコンシェルジュデスク・スペシャルデー」では、スターバックスさんを講師にお迎えしてコーヒーセミナー(期間限定クリスマス編)と13歳以降調査のよろず相談会を行いました。36名の参加者(保護者)さんがお越しくださり大盛況でした。今後も大人の為のイベントも企画していきたいと思っています。

