

～ちゃーすが！うるま市の子ども達の健康の現状と課題～

各時期における生活目標	【妊産婦】 健康的な生活習慣が健やかな胎児の成長を促す重要な時期です。安心して出産できる環境づくりを心がけ、心の安定に努め、母体の健康を守るための生活を送みましょう。	【乳幼児期】 身体の発達を促し機能を高める重要な時期です。豊かな子どもの成長を導くため、望ましい生活習慣の基礎を身につけ、不慮の事故を予防するようにしましょう。	【学童・思春期】 健康的な生活習慣の基礎を固める時期です。健康な心と体を育て、基本的な生活習慣を身につけ、不慮の事故を予防するようにしましょう。
健康課題	(1)低出生体重児の割合が多い 市12.3%県11.5%、国9.6% (2)周産期死亡がある (H21)市2.9% (3)死産率が県や国に比べ多い ①自然死産がある 市14.1% 県14.4%、国11.1% ②人口死産が多い 市25.4%、県18.8%、国13.5% (4)妊婦健康診査では、貧血、妊娠高血圧症候群、妊娠糖尿病が見られる。 貧血：市26.6%、県24.1% 妊娠糖尿病：1.0%	(1)3歳児健康診査での肥満率は女児が県より高い 市：男児 3.3%、女児4.5% 県：男児3.4%、女児4.2% (2)3歳児のう蝕状況は県より高い。 市37% 県36%	(1)小・中学生の肥満割合は、県に比べて高い 小学生：市 男児7.41%、女児6.53% 中学生 市 男子 4.99%、女子8.36% 県 男児6.76%、女児5.37% 県 男子 5.64%、女子7.55% (2)小・中学生のう蝕は、県平均と差はないが、全国に比べて高い 小学生 市 男子77.7%、女子75.7% 県 男子77.8%、女子75.8% 国 男子61.3%、女子57.9% (3)12歳児のDMFT(1人う蝕経験指数)が高い 市 2.75本、県 2.65本、国1.29本
食・栄養	朝食を毎日欠食している妊婦が6.4%いる。 栄養バランスを考えて食べている妊婦は45.6%	生後3か月の完全母乳栄養は36.5%。県47.3%と比べて低い。 生後12か月時点で、月齢に合った離乳食形態に移行できていない60.3% 朝食を食べていない乳幼児が10%いる。 栄養バランスを考えて食事を作っていない保護者が約5割いる。	学年が高くなるにつれて朝食欠食率が高くなる。 小学4年10.3% 小学6年14% お菓子や甘い飲み物を1日2回以上とる割合が高い。 小学4年42.3% 小学6年40.3% 栄養バランスを考えて食べる割合は男女ともに低い(高校生)。男子26.9%、女子23.8% 夕食後に間食を毎日とる割合が高い。 小学4年16.3% 小学6年20.4% 中学3年20.2%
運動・生活	妊娠中に早寝・早起きを心がけた妊婦は43%と少ない。 妊娠中、意識して体を動かしていなかった妊婦は36.8%	9時以降に起床する子どもが1歳半で6.0%、3歳で4.0% 22時以降に就寝する子どもが1歳半で36%、3歳で42% 外遊びをあまりさせていない保護者がいる。 週1～2回25.8% 月1～3回9.3% 2時間以上テレビを視聴している3歳児がおり、中には4時間以上の子どももいる。	就寝時間が遅い。高学年になるにつれてさらに遅くなる。 小学1～4年 22～23時22.6% 23時以降4.3% 小学5～6年 22～23時41.3% 23時以降13.9% 中学生 23～24時36.3% 24時以降8.9% 起床時間が遅い。午前7時以降の起床が小学生25.9% 中学生27.7% テレビやゲーム時間が2時間以上の割合が高く、中には4時間以上の者もいる。 体育の授業以外で、運動やスポーツを全くしない者がいる(小・中・高校生)。 ※高校生女子では56%が全く運動をしない。
歯	妊娠中に歯科受診をしている割合は33%と低い。 毎食後に歯みがきをしている妊婦は21%と少ない。	おやつ時間をきめていない割合が約3割。 定期的にフッ素塗布をしている割合が12.4%と低い。 毎日仕上げみがきをしている割合が低い。1歳半40%、3歳半30%。	学校健康審査以外で、年1回以上歯科検診を受けている割合が低く、未処置者が多い。 う蝕率：小学生男子77.7%、女子75.7%、中学生男子73.6%、女子80.6% う蝕者のうち未処置者：小学生男子71.9% 小学生女子71.5% 中学生男子70.2% 中学生女子61.6% 毎食後の歯みがきの割合が低い。小学生 6.1%、中学生3.5%、高校生4.0%
酒・たばこ	飲酒している妊婦が4.1%いる。 喫煙をする妊婦は、県より高い。うるま市9.5% 県7.1% 妊婦のパートナーのうち8.8%が分煙をせず喫煙している。	子どもを酒の席に同伴させている保護者がいる。1歳半14.3% 3歳28.0% 乳幼児の保護者の喫煙率が高い。特に3歳児の母親の喫煙率が12.1%と高い。 受動喫煙に気づけていない保護者がいる。 子どもに喫煙している姿を見させている乳幼児の保護者がいる。1歳半34.1% 3歳51%	飲酒経験や喫煙経験のある小・中・高校生がいる 飲酒の経験がある 小学生 男性31.8%、女子22.6%、喫煙の経験がある 小学生 男子 2.4%、女子1.8% 中学生 男子15.6%、女子25.9%、中学生 男子 5.4%、女子6.9% 高校生 男性26.9%、女子32.1% 高校生 男子 17.2%、女子4.8% 飲酒・喫煙のきっかけは、「誘われた」「興味・好奇心」「なんとなく」「大人がしているのを見てかっこよく見えた」 薬物の問題もある。
ゆとり	産前・産後に気分の落ち込みや沈みがちな人がある。 よくあった10.4%、時々あった41.7% 12週以降の妊娠届出が14.4%みられる。	子どもの良いところ、頑張っているところを見つけてほめることを意識していない保護者がいる。 子育て支援(相談やサポート)を必要とする保護者がいる。	・自分の思っていることを伝えることができない者がいる。全くできないと答えた割合：中学生4.9% 高校生2.8% ・自分の良いところ、自慢できるものがあると答えた割合が低い。中学生 39.5%、高校生41.8% ・悩んだときに相談相手がいなかったり、悩みを相談できる場所を知らない者がいる(小・中・高校生) 不登校児がおり、学年があがるにつれ増える。(小学校よりも中学校は5倍多い)
健康管理	目標体重増加量を超えての出産が多い(48.5%) 自己判断で妊婦健診の未受診や気になる症状の放置がある(15%)	乳幼児健康診査を受けさせていない保護者がいる。受診率はすべての健診において県平均を下回っている。未受診率：乳児健診20.7% 1歳半18.9% 3歳27.5% 予防接種を受けさせていない保護者がいる。 乳幼児の受診状況では、皮膚疾患や呼吸器疾患が多くみられる。 乳幼児の事故として、不慮の事故による骨折、頭蓋内損傷、熱傷がみられる。	避妊方法の正しい知識をもたない高校生がいる。 10代で妊娠する割合が、国、県より高い。うるま市5.2% 県2.6% 国1.3%。 学校健康診査において、要医療者が受診につながりにくい。 事故による外傷の受診件数はその他の外傷や骨折による受診が最も多く、頭蓋内損傷も各年齢で見られる。

うるまの子ども達は、どの年代でも遅寝・遅起き→朝食抜き→朝食抜きの傾向があります。肥満も多いです。

