



子どもの肥満と成長曲線



原田外科・胃腸科クリニック
原田 大 先生



子ども(学童)の肥満は食生活やライフスタイルの変化、すなわち食事、おやつ、ジュースなどの過剰摂取、食事内容のバランスの悪さ、運動不足などにより生じることが多いのですが、成人同様、糖尿病、脂質異常症、高血圧などの原因となり、動脈硬化を促進し、将来的に心筋梗塞や脳卒中を起こすリスクを高めます。そして年長児の肥満ほど大人の肥満に移行しやすいと言われています。(日本小児内分泌学会)

肥満であるかどうかは肥満度、これは(実測体重-標準体重)/標準体重×100(%)で評価しますが、20%以上を軽度肥満、30%以上を中等度肥満、50%以上を高度肥満としています。

そしてその肥満がいつからあるのか、これまでの程度の肥満が続いているのかを成長曲線を用いて調べます。これは年齢ごとに身長と体重を測定し、グラフにしたものですが、基準線に沿っていれば適正であり、基準線をまたいで上向き、あるいは下向きになった場合に病的原因があると考えられます。

肥満度判定曲線、成長曲線基準図は紙面の都合で割愛しますが、これらは病的異常を早期発見し、早期治療するために学校保健で活用されています。成長障害には成長ホルモン分泌異常、甲状腺機能障害などがあり、判定基準は詳しく定められていますが、該当する場合は学校医やかかりつけ医、専門医療機関などで診てもらうことになります。



卓遊会

卓球を楽しみ、卓球を通して健康を維持し、会員相互の親睦を図る。

日時 月・木 10時～12時

場所 南交流センター ①
町民体育館 ②

対象 シルバー&シニア
(現在全員60歳以上で平均72歳)

会費等 入会金1,000円、
会費500円/月

申し込み・お問い合わせ

会長 古巣 勉
☎095-887-3056
(090-4484-3129)

長崎県水球女子チーム

県内唯一の水球チームとして活動。九州大会や全国大会にも出場しています。

日時 土 17時～19時

場所 長崎工業高校 屋内プール

対象 女子小学生～高校生

会費等 会費7,000円/月
(2人目3,000円、3人目から無料)

申し込み・お問い合わせ

松本 敏勝 ☎080-1732-1170



健康マージャン講座

健康麻雀は、健康づくり、仲間づくり生きがいがづくり、介護予防、認知症予防、ひきこもり予防につながります。麻雀を覚えて、皆とプレイ、会話をしながら楽しいコミュニケーションの場を設けたいと思います。まずは、初心者講座を実施します。

日時 11月30日① 13時～16時

場所 長与町公民館 大ホール

定員 24人(先着順)

参加費 無料 **申し込み** 要

申し込み・お問い合わせ

健康マージャン会 代表 福田 正
☎080-6466-3489