

# 幼児の肥満健康管理システム

・ ・ 幼稚園用マニュアル ・ ・

2017.4～

徳島県医師会生活習慣病予防対策委員会  
小児生活習慣病対策班

## 幼児の肥満健康管理システム (3歳以上6歳未満対象)

### <一次検診実施要項>

- 1) 各幼稚園において春に行われる身長、体重の身体計測値から肥満度を算出する。肥満度算出は幼児体格判定ソフト徳島改変版または下記HPアドレスを利用する。  
<http://www.niph.go.jp/soshiki/07shougai/hatsuiku/>  
の「3歳以上の幼児の肥満度判定区分の簡易ソフト」をダウンロードしてください。
- 2) 肥満度が30%以上の幼児に対しては、保護者に二次検診または保健指導の必要性を連絡する。二次検診実施医療機関において二次検診受診、または保健センター等での保健指導をすすめる。
- 3) 肥満度が15%以上30%未満であって医師が必要と認めた幼児および保護者が二次検診(保健指導)を希望するものも、二次検診、または保健指導を行う。
- 4) 「幼児の肥満健康管理調査票」により、二次検診対象者数および二次検診受診者数を地教委へ報告する(またはソフトの肥満度判定区分の集計表を地教委へ送付する)。地教委は管内をとりまとめて県教委へ送付する。

### <一次検診実施上の注意と解説>

1. 肥満度等についての保護者への連絡は、プライバシーの保護等を十分に配慮し、各幼保において工夫し、慎重に行ってください。
2. 肥満度30%以上の幼児及び保護者への二次検診の案内(4枚綴り含む)は、封筒を利用する等プライバシーの保護に十分配慮して行ってください。
3. 二次検診受診前に受診予定の二次検診実施医療機関の外来日を確認し、4枚綴りを持参して受診するように指導して下さい。二次検診実施医療機関名は別紙に記載しています。保健センター等、保健指導先についても同様です。
4. 肥満度が15%以上30%未満の幼児に対しては、プライバシーの保護や幼児の心理面に対して十分に配慮して、保護者と連携をとりながら保健指導を行うことが望まれます。できれば全幼児を対象とした「生活習慣病予防」として計画的に、保健指導の形で幼稚園内でも取り組むことが望ましいと思われれます。

3歳以上の幼児の肥満度判定区分の簡易ソフト Ver.1.0 (2014/3/27)

+徳島改変版(2017.1)

起動時に、「マクロが無効にされました」と警告が出た場合には、「コンテンツの有効化」をしてください。

マクロが無効にされたままだと、肥満度等が自動計算されません。"

このエクセルファイルは、「特定給食施設における栄養管理に関する指導・助言について」（厚生労働省がん対策・健康増進課栄養指導室 平成25年9月3日事務連絡）の別添「肥満並びにやせに該当する者の割合の評価方法について」に記載されている簡易ソフトです。

【計算シート】の使い方

●計算シートの入力欄（薄緑色のセル）に、必要事項（No., 名前, 性別, 生年月日, 測定日, 身長(cm), 体重(kg)）を半角英数字で入力して下さい（性別のみ、全角文字の'男','女'も可）。肥満度等が自動計算され、「肥満度判定区分の集計表」に人数と割合が示されます。徳島改変版では別に集計だけのシート(満3歳～満6歳男女)を用意しています。

●就学前の6歳児についても自動計算されますが、就学後は空白になります。

●身長120～129cmの幼児の場合、2000年日本人小児の体格標準値（日本成長学会・日本小児内分泌学会合同標準委員会）の学童（6歳以上、身長101～139cm）の計算式で計算されます。

【早見表】の使い方

●平成12年乳幼児身体発育調査の結果に基づく、身長別標準体重の早見表（3歳以上6歳未満の幼児）です。印刷するなどしてお使い下さい。徳島改変版では早見表（詳細版）を用意しています。ソフトを使わない場合、この表を印刷して一人ずつの肥満度区分を判定してください。

\* 入力例 \*

↓ 薄緑色の欄に入力してください ↓							↓ この欄に自動計算結果が表示されます ↓				
入 力 欄							自 動 計 算				
No. (任意)	名前 (任意)	性別 (M:男,F:女)	生年月日 (例2010/5/1)	測定日 (例2013/10/3)	身長 (cm)	体重 (kg)	満年齢 (歳)	年齢 区分	標準体重 (kg)	肥満度 (%)	肥満度 区分
1	山田太郎	M	2009/1/10	2013/5/7	102.5	16.0	4	幼児	16.2	-1.3%	ふつう
2	大阪次郎	M	2008/9/12	2013/9/1	103.3	19.2	4	幼児	16.5	16.6%	ふとりぎみ
3	東京花子	F	2008/4/21	2013/4/24	110.1	17.0	5	幼児	18.8	-9.4%	ふつう
4	厚生昌子	F	2008/4/4	2013/5/16	112.1	16.5	5	幼児	19.5	-15.4%	やせ

〈肥満度の区分について〉

肥満度＝  
〔実測体重 (kg) - 身長別標準体重 (kg)〕 / 身長別標準体重 (kg) × 100 (%)

区 分	呼 称
+30%以上	ふとりすぎ
+20%以上+30%未満	ややふとりすぎ
+15%以上+20%未満	ふとりぎみ
-15%超+15%未満	ふつう
-20%超-15%以下	やせ
-20%以下	やせすぎ

身長別標準体重の早見表（3歳以上6歳未満の幼児）  
平成12年乳幼児身体発育調査の結果に基づく

身長 (cm)	男子						女子					
	標準体重 (kg)	やせすぎ ※1	やせ ※1	ふとりぎ み ※2	ややふと りすぎ ※2	ふとりす ぎ ※2	標準体重 (kg)	やせすぎ ※1	やせ ※1	ふとりぎ み ※2	ややふと りすぎ ※2	ふとりす ぎ ※2
70	8.5	6.8	7.2	9.7	10.2	11.0	8.2	6.6	7.0	9.5	9.9	10.7
71	8.6	6.9	7.3	9.9	10.4	11.2	8.4	6.7	7.1	9.7	10.1	10.9
72	8.8	7.0	7.5	10.1	10.6	11.5	8.6	6.9	7.3	9.9	10.3	11.1
73	9.0	7.2	7.6	10.3	10.8	11.7	8.7	7.0	7.4	10.1	10.5	11.4
74	9.2	7.3	7.8	10.6	11.0	11.9	8.9	7.1	7.6	10.3	10.7	11.6
75	9.4	7.5	8.0	10.8	11.2	12.2	9.1	7.3	7.7	10.5	10.9	11.8
76	9.6	7.7	8.1	11.0	11.5	12.4	9.3	7.4	7.9	10.7	11.2	12.1
77	9.8	7.8	8.3	11.2	11.7	12.7	9.5	7.6	8.1	10.9	11.4	12.3
78	10.0	8.0	8.5	11.5	12.0	13.0	9.7	7.8	8.2	11.1	11.6	12.6
79	10.2	8.1	8.6	11.7	12.2	13.2	9.9	7.9	8.4	11.4	11.9	12.9
80	10.4	8.3	8.8	11.9	12.5	13.5	10.1	8.1	8.6	11.6	12.1	13.1
81	10.6	8.5	9.0	12.2	12.7	13.8	10.3	8.3	8.8	11.9	12.4	13.4
82	10.8	8.7	9.2	12.4	13.0	14.1	10.5	8.4	9.0	12.1	12.7	13.7
83	11.0	8.8	9.4	12.7	13.2	14.4	10.8	8.6	9.2	12.4	12.9	14.0
84	11.3	9.0	9.6	13.0	13.5	14.6	11.0	8.8	9.3	12.6	13.2	14.3
85	11.5	9.2	9.8	13.2	13.8	14.9	11.2	9.0	9.5	12.9	13.5	14.6
86	11.7	9.4	10.0	13.5	14.1	15.3	11.5	9.2	9.8	13.2	13.8	14.9
87	12.0	9.6	10.2	13.8	14.4	15.6	11.7	9.4	10.0	13.5	14.1	15.2
88	12.2	9.8	10.4	14.1	14.7	15.9	12.0	9.6	10.2	13.8	14.4	15.6
89	12.5	10.0	10.6	14.3	15.0	16.2	12.2	9.8	10.4	14.1	14.7	15.9
90	12.7	10.2	10.8	14.6	15.3	16.5	12.5	10.0	10.6	14.4	15.0	16.2
91	13.0	10.4	11.0	14.9	15.6	16.9	12.7	10.2	10.8	14.7	15.3	16.6
92	13.2	10.6	11.3	15.2	15.9	17.2	13.0	10.4	11.1	15.0	15.6	16.9
93	13.5	10.8	11.5	15.5	16.2	17.6	13.3	10.6	11.3	15.3	16.0	17.3
94	13.8	11.0	11.7	15.8	16.5	17.9	13.6	10.9	11.5	15.6	16.3	17.6
95	14.0	11.2	11.9	16.1	16.9	18.3	13.9	11.1	11.8	15.9	16.6	18.0
96	14.3	11.5	12.2	16.5	17.2	18.6	14.1	11.3	12.0	16.3	17.0	18.4
97	14.6	11.7	12.4	16.8	17.5	19.0	14.4	11.6	12.3	16.6	17.3	18.8
98	14.9	11.9	12.7	17.1	17.9	19.4	14.7	11.8	12.5	17.0	17.7	19.2
99	15.2	12.1	12.9	17.5	18.2	19.7	15.0	12.0	12.8	17.3	18.1	19.6
100	15.5	12.4	13.1	17.8	18.6	20.1	15.4	12.3	13.1	17.7	18.4	20.0
101	15.8	12.6	13.4	18.1	18.9	20.5	15.7	12.5	13.3	18.0	18.8	20.4
102	16.1	12.9	13.7	18.5	19.3	20.9	16.0	12.8	13.6	18.4	19.2	20.8
103	16.4	13.1	13.9	18.8	19.6	21.3	16.3	13.1	13.9	18.8	19.6	21.2
104	16.7	13.3	14.2	19.2	20.0	21.7	16.6	13.3	14.1	19.1	20.0	21.6
105	17.0	13.6	14.4	19.5	20.4	22.1	17.0	13.6	14.4	19.5	20.4	22.1
106	17.3	13.9	14.7	19.9	20.8	22.5	17.3	13.9	14.7	19.9	20.8	22.5
107	17.6	14.1	15.0	20.3	21.2	22.9	17.7	14.1	15.0	20.3	21.2	23.0
108	18.0	14.4	15.3	20.7	21.6	23.4	18.0	14.4	15.3	20.7	21.6	23.4
109	18.3	14.6	15.5	21.0	22.0	23.8	18.4	14.7	15.6	21.1	22.0	23.9
110	18.6	14.9	15.8	21.4	22.4	24.2	18.7	15.0	15.9	21.5	22.5	24.3
111	19.0	15.2	16.1	21.8	22.8	24.7	19.1	15.3	16.2	22.0	22.9	24.8
112	19.3	15.4	16.4	22.2	23.2	25.1	19.5	15.6	16.5	22.4	23.4	25.3
113	19.7	15.7	16.7	22.6	23.6	25.6	19.8	15.9	16.9	22.8	23.8	25.8
114	20.0	16.0	17.0	23.0	24.0	26.0	20.2	16.2	17.2	23.2	24.3	26.3
115	20.4	16.3	17.3	23.4	24.4	26.5	20.6	16.5	17.5	23.7	24.7	26.8
116	20.7	16.6	17.6	23.8	24.9	26.9	21.0	16.8	17.8	24.1	25.2	27.3
117	21.1	16.9	17.9	24.2	25.3	27.4	21.4	17.1	18.2	24.6	25.7	27.8
118	21.5	17.2	18.2	24.7	25.7	27.9	21.8	17.4	18.5	25.0	26.1	28.3
119	21.8	17.5	18.6	25.1	26.2	28.4	22.2	17.7	18.9	25.5	26.6	28.8

※1：表中の各身長における数値以下が該当。

※2：表中の各身長における数値以上が該当。

平成 年 月 日

保護者の方へ  
( 組 さん)

徳島県医師会生活習慣病委員会  
小児生活習慣病対策班  
園長

### 肥満二次検診について (お知らせ)

平素は、本園の保育・教育につきましてご支援ご協力いただき、心から感謝申し上げます。

さて、先日行いました身体測定と内科検診の結果、お子さまは、次のように肥満傾向であると考えられます。最近では、子どもの肥満に生活習慣病やその危険因子を伴っている場合が多くなっており、早期に治療や指導を行うことが、極めて重要となってきました。徳島県医師会生活習慣病予防対策委員会でも、小児肥満の健康管理システムを確立し、その対策に努めております。

そこで、次のことにご注意いただき、早期に医療機関を受診されますようお願いいたします。

#### 肥満検診について

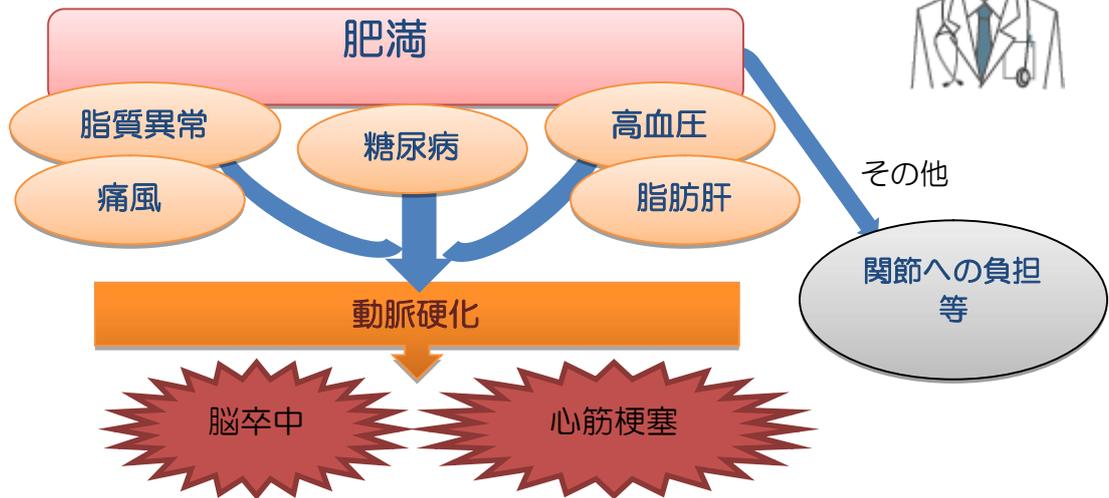
身長	cm	体重	kg
肥満度	% (高度肥満 30%以上・中等度肥満 20%~30%・軽度肥満 15%~20%)		

#### 注意事項

1. 別添、二次検診医療機関を参考に、予約してください。  
食事や水分について、予約の際に病院の指示を受けてください。
2. 二次検診は、保険診療の一環として実施されますので、自己負担が必要となります。必ず被保険者証をご持参ください。
3. 二次検診報告書 (4枚複写) をご持参ください。  
尚、4枚複写は、保護者用・学校(園)用・医師会用・二次検診医療機関用になっていますが、医師会用については、園名及び氏名の項目は削除しています。

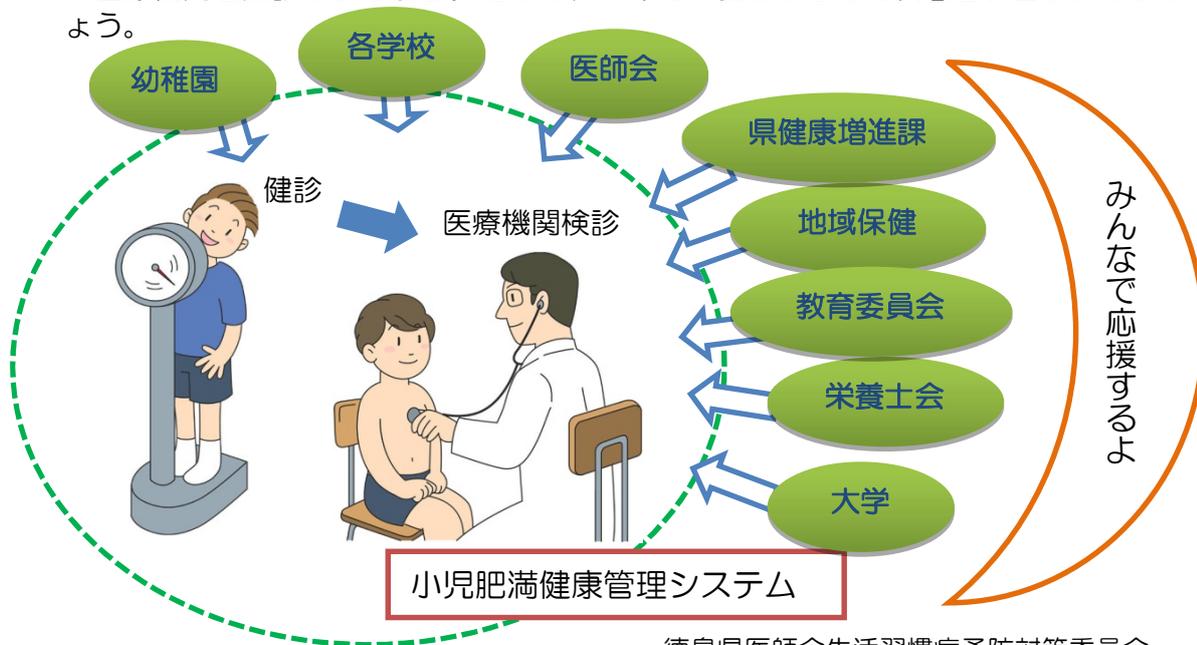
## 医療機関を受診し必要な検査・指導・治療を受けましょう

肥満は生活習慣病と呼ばれる脂質異常症、2型糖尿病、高血圧などの原因となり、将来的に心筋梗塞や脳卒中を起こすリスクを高めます。



子どもの肥満は大人の肥満のもとです。幼児期、学童期、思春期に肥満であったものは生活習慣（食生活、運動の低下）等が変わらないと、多くが大人になっても肥満です。また、小児期でも高度肥満の場合、8割に医学的な異常値を認めることがわかっています。肥満治療は重要であり、できるだけ早いうちに始めることが大切です。

医療機関を受診しましょう。そして、一年に一度はからだの状態をチェックしましょう。



【小中学校(園)用4枚複写(保護者用)】

<保護者用>

平成 年 月 日  
学校(園)長

保護者様

健康診断結果及び二次検診受診について

学校(園)において実施しました身体計測と内科検診の結果、お子さまは次のように肥満傾向であると考えられます。医療機関を受診し、二次検査およびフォローアップを受けてください。なお、その結果を報告書に記入していただき、学校(園)に提出してください。

	身長	体重	肥満度
学校一次検診結果	cm	kg	%
学校医所見			
学校(園)	年 組	氏名	男・女 年 月 日生

幼児の肥満二次検診報告書

二次検診実施日	平成 年 月 日	二次検診医療機関				
新規・継続 (いずれかを○で囲んで下さい)		担当医氏名				
問診項目	両親の身長、体重(父親 cm, kg、母親 cm, kg) 家族歴(肥満、高血圧、脂質異常症、糖尿病、心筋梗塞、脳卒中の有無)					
	肥満開始時期( 歳頃) 出生時体重( )g					
	食生活状況:					
	食事摂取量	1. 少ない	2. やや少ない	3. 普通	4. やや多い	5. 多い
	朝食	1. ほとんど毎日食べる	2. 週2~3回食べない	3. 週4~5回食べない	4. ほとんど食べない	
	食事時間	1. ゆっくり	2. 普通	3. 早い		
	食べ方	1. よく噛んで食べる	2. 普通	3. 丸のみにする		
	おやつ	1. 少ない	2. やや少ない	3. 普通	4. やや多い	5. 多い
	偏食の有無	1. ない	2. 少しある	3. 多くある		
	運動状況:					
運動量	1. 多い	2. やや多い	3. 普通	4. やや少ない	5. 少ない	
持久力	1. ない	2. 普通	3. ある			
好きな遊び( )						
身体測定値	身長	cm	指導内容(いずれかの数字を○で囲んでください) 1. 栄養指導 2. 運動指導 3. 生活指導 4. その他の指導			
	体重	kg				
	腹囲	cm				
	臀囲	cm				
	* <sup>2</sup> 体脂肪率	%				
測定機種( )						
血液検査	AST(GOT)(30以下)	U/l	医師所見(いずれかの数字を○で囲んでください) 1. 脂質異常症(高コレステロール、高中性脂肪) 2. 脂肪肝 3. 肝機能障害 4. 糖尿病 5. 低HDL-コレステロール 6. 高尿酸血症 7. 高血圧 8. 異常なし 9. その他( )			
	ALT(GPT)(30以下)	U/l				
	* <sup>1</sup> 総コレステロール(220未満)	mg/dl				
	* <sup>1</sup> LDL-コレステロール(140未満)	mg/dl				
	HDL-コレステロール(40以上)	mg/dl				
	TG(中性脂肪)(120未満)	mg/dl				
	尿酸(6未満)	mg/dl				
	空腹時血糖	mg/dl				
	* <sup>2</sup> 空腹時インスリン値(15未満)	μU/ml				
血圧	/	mmHg(120/70未満)				
一般検尿:尿糖( )その他( )			備考(紹介先など)			
* <sup>2</sup> 腹部超音波検査:脂肪肝 有・無			次回検診予定日:( )年( )月頃			

注) \*<sup>1</sup>:総またはLDLのどちらか一つ \*<sup>2</sup>:必須でない( )内は基準参考値

(個人情報保護)個人情報の保護には万全を期します。ご記入いただいた個人情報は、検診及びそのデータ管理のためだけに使用し、目的以外で個人の情報が使用されることはありません。

調査票

幼児の肥満健康管理調査票(男子用・女子用)

幼保名 \_\_\_\_\_ 記入者名 \_\_\_\_\_

電話 \_\_\_\_\_ F A X \_\_\_\_\_

※記入上の注意

★男女はそれぞれ別用紙に記載してください。

★①の「二次検診対象者総数」は、「肥満度30%以上全員」と「肥満度15%以上30%未満で、  
医師が必要と認めたり、保護者が希望した者」を足した数を記入する。

★②には医療機関や保健センターを受診した人数を記入し、その内訳を④と⑤に記入する。

	3歳	4歳	5歳	6歳	合計
在籍者数					
やせすぎ(-20%以下)					
やせ(-20%超-15%以下)					
ふつう(-15%超+15%未満)					
ふとりぎみ(+15%以上+20%未満)					
ややふとりすぎ(+20%以上+30%未満)					
ふとりすぎ(+30%以上)					
① 二次検診対象者総数					
② 二次検診受診者総数					
二次検診 受診者内訳	③ 肥満度30%以上の人数				
	④ 肥満度15%以上～30%未満の人数				