

## 第5章 今後に向けて

## 1 結果から見えた傾向

### (1) 非生活困難世帯と生活困難世帯でのむし歯や朝食摂取状況の差は、縮小傾向にある

非生活困難世帯と生活困難世帯のむし歯状況（P 77）をみると、小4・中2では3本以上有する子どもの割合の差、小6では1本以上有する子どもの割合の差が、平成28年度の調査結果（第2回報告書 P 70）と比較してそれぞれ縮小していました。同様に、朝食摂取状況（P 83）に着目すると、朝食を毎日食べない子どもの割合の差が、全学年で平成28年度の調査結果（第2回報告書 P 74）と比較して縮小していました。

これらの差の縮小は、生活困難世帯でむし歯や朝食摂取状況が改善したことで生じており、生活困難世帯に対する区の取組みが成果を挙げ始めている可能性があります。一方で、非生活困難世帯のむし歯や朝食摂取状況は、平成28年度と比べてやや悪化傾向にあるため、全体への取組みを見直していく必要があります。

### (2) 学校や家庭でのつながりが強い環境や、歯みがきや運動習慣・朝食摂取などの生活習慣が、生活困難による登校しぶり傾向や肥満、逆境を乗り越える力への影響を緩和できる可能性がある

媒介分析の結果（P 89～94）から、学校や家庭でのつながりといった社会環境や歯みがき習慣や朝食摂取、テレビの視聴をはじめとする生活習慣が、生活困難によって生じうる登校しぶり傾向や肥満、逆境を乗り越える力の低さを緩和することが明らかとなりました。

小1・2を対象とした過去の調査結果でも、子どもが運動・読書習慣を身につけること、困った時に保護者に相談相手がいること、子どもが地域とのつながりを持つことが、生活困難による子どもの健康への影響を軽減できる可能性が示唆されましたが、今回の調査でも、良い環境の醸成や生活習慣の定着によって、生活困難であっても子どもの健やかな成長を後押しできる可能性が確認できました。

### (3) 良い環境や生活習慣は、全ての子どもに重要である

逆境を乗り越える力の社会的決定要因に関する分析（P 95）からは、生活困難かどうかに関わらず、全ての子どもが、学校や家庭でのつながりを高めることや歯みがき・運動習慣、朝食摂取などの好ましい生活習慣を身につけることによって、逆境を乗り越える力を培える可能性が明らかとなりました。

過去の調査結果でも、学校でのつながりや好ましい生活習慣の定着は、生活困難が子どもに及ぼす様々な影響を軽減できる可能性が示唆されましたが、生活困難でない子どもに対しても、良い影響があることが見えてきました。今後も、子どもの頃からの好ましい生活習慣の定着に向けた取組みを推進することが大切です。

## 2 今後の展望

今回の調査から、良い環境や生活習慣を身につけることは、全ての子どもにおいて逆境を乗り越える力を育む重要なものであるとわかりました。この結果を受けて、区では、子どもにとって好ましい生活習慣である以下の項目に重点を置いた取り組みを進めます。

- ① 一口目は野菜から食べること
- ② 毎日朝ご飯を食べること
- ③ 決まった時間に寝ること
- ④ 適度な運動を行うこと
- ⑤ 歯みがきを習慣化すること

また、本調査から得られた結果を区の各所管で共有し、「未来へつなぐあだちプロジェクト」に反映していきます

これまでの4回の調査を終えて、多くのことが明らかとなりました。以下、主要な項目を記載します。

### <第1回調査>

- 子どもが運動・読書習慣を身につけることで、生活困難による子どもの健康への影響を軽減できる
- 困った時に保護者に相談相手がいると、生活困難による子どもの健康への影響を軽減できる

### <第2回調査>

- 子どもが地域とのつながりを持つことで、生活困難による子どもの健康への影響を緩和できる

### <第3回調査>

- 食事を野菜から食べるというちょっとした意識づけの啓発による肥満予防効果、および早期の歯科健診や指導によるむし歯予防の成果が見え始めた
- 小学校1年生においても、地域とのつながりと良い健康・生活習慣との間に関連があることが明らかになった

### <第4回調査>

- 学校や家庭での良い環境や歯みがき・運動習慣、朝食摂取など好ましい生活習慣は、全ての子どもたちに逆境を乗り越える力を培える可能性があることが明らかになった

ここに挙げた以外にも、専門家の先生方から多くの考察をいただきました。引き続き、区では、本調査から得られた結果を各所管で共有し、子どもを取り巻く環境や生活習慣を整えることによって生活困難の影響の軽減を図っていきます。そして、将来の夢や希望を叶える大切な土台となる、子どものこころとからだの健康を守り育てる施策の充実に努めていきます。

### 3 謝辞

この調査は以下の事業より助成いただきました。この場を借りて心より御礼申し上げます。

- 科学研究費助成事業 16H03276 17K13245
- 厚生労働省科学研究費補助金 政策科学研究推進事業 (H29-政策-指定-004)

# 子どもの健康・生活実態調査

## 平成30年度 報告書

平成31年4月発行

発行 足立区・足立区教育委員会

編集 足立区 衛生部 ころとからだの健康づくり課

東京都足立区中央本町1-17-1

電話03-3880-5433

東京医科歯科大学 大学院医歯学総合研究科

国際健康推進医学分野

国立研究開発法人 国立成育医療研究センター

研究所 社会医学研究部