

こどもといっしょに  
ケータイ何時間？



# 10万組の親子から考える 子どもをとりまく環境について

山梨大学大学院 総合研究部医学域社会医学講座

エコチル調査 甲信ユニットセンター長

戦略広報委員会 委員長

参加者コミュニケーション専門委員会 委員長

**山縣 然太郎**

# 子どもをとりまく環境

子どもと関わる時間  
どうしてる？

たばこ・お酒  
やっぱりやめるべき？

地域による生活環境  
違いはあるの？

# 親子の関わりは重要



## ■ すくすくコホートの成果 ■

### ※ すくすくコホート

日本における子どもの認知・行動発達に影響を与える要因の解明

#### ● ほめて育てると子どもの社会性の発達がよくなる

(Shinohara R. The trajectory of children's social competence from 18 months to 30 months of age and their mother's attitude towards the praise. J Epidemiol. 20 Suppl 2:S441-6. 2010)

#### ● 乳児期の母親の話しかけなどの子どもとのかかわりは 幼児期の社会性を促進する。

(田中笑子他. 18カ月児の社会能力に関連する養育環境の特徴.  
日本保健福祉学会誌 16(1) 57-66. 2010.)

# 2歳時

ふだんの1日、お子さんはあなたと何時間くらい一緒に過ごしていますか（お子さんの睡眠時間は除きます）

(%)

お母さんの年齢



回答数:26521件  
(無回答:137件)

- 0-3時間
- 4-6時間
- 7-9時間
- 10-12時間
- 13-15時間
- 16-18時間
- 19時間以上

(注意) この結果は2014年11月30日時点の回答にもとづくデータクリーニング前の暫定的な結果です。

# 2歳時

## お子さんに絵本を見せながら、 話しかける機会はどのくらいありますか

(%)

1歳全体



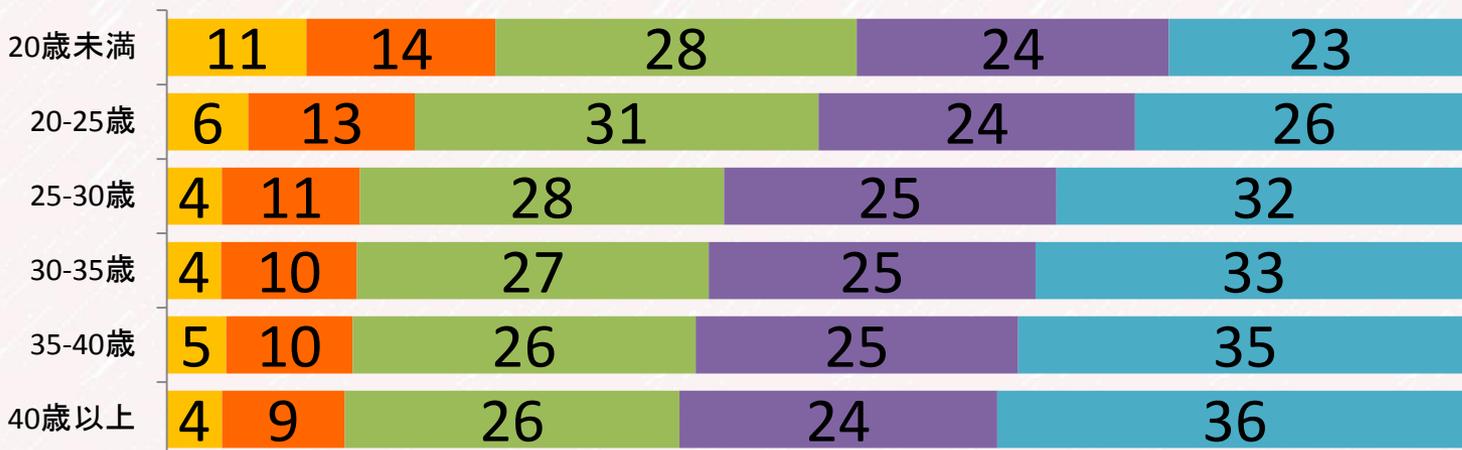
回答数: 58790件  
(無回答: 211件)

2歳全体



回答数: 26521件  
(無回答: 88件)

お母さんの年齢



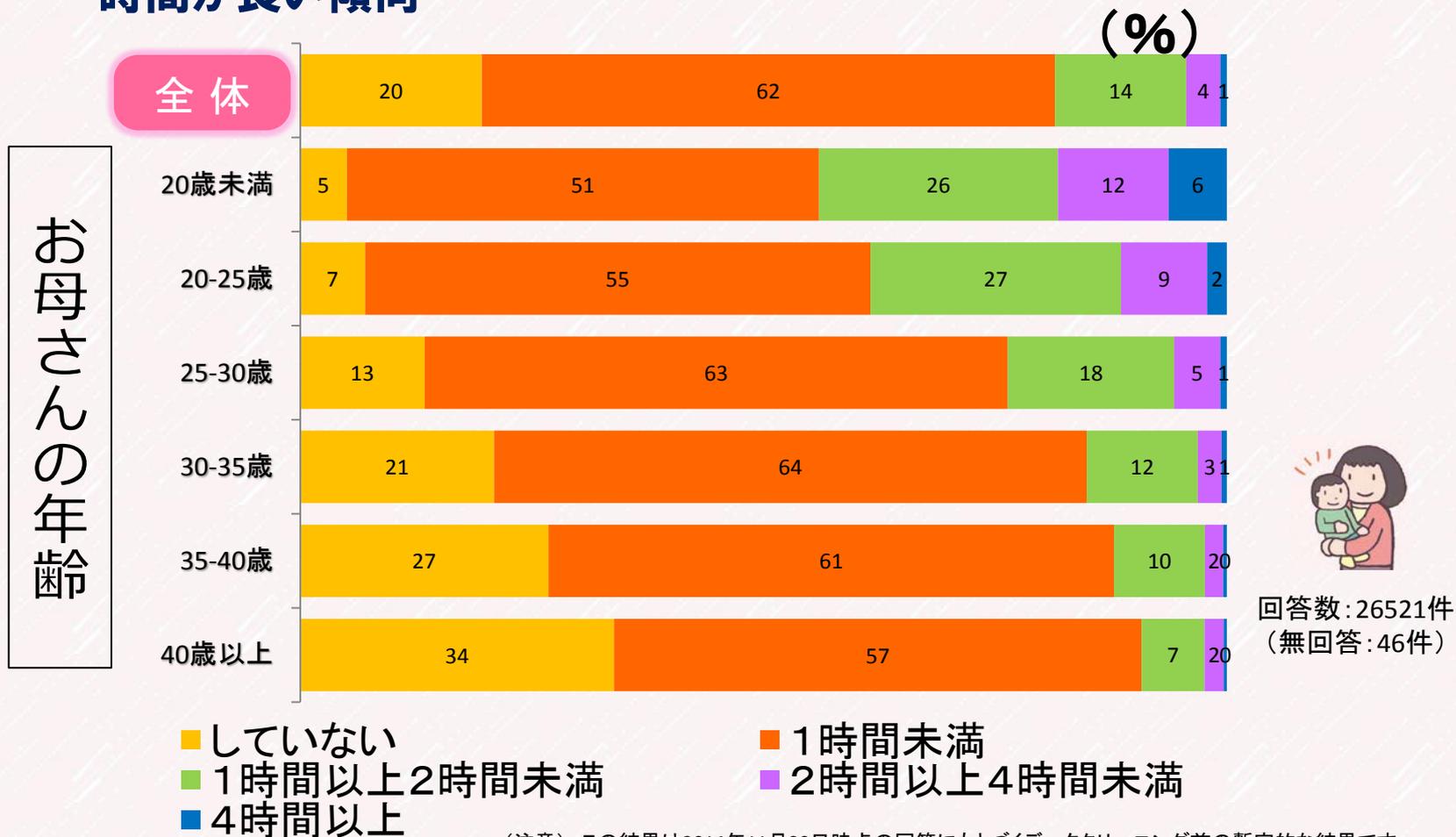
■ めったにない ■ 月に1~3回 ■ 週に1~2回 ■ 週に3~4回 ■ 週5回以上

(注意) この結果は2014年11月30日時点の回答にもとづくデータクリーニング前の暫定的な結果です。

# 2歳時

お子さんと一緒に過ごしている時間のうち、  
あなたが、パソコン、携帯電話、携帯情報端末や電子ゲーム機  
などを使用している時間はどのくらいですか

⇒ 若いお母さんほど、お子さんのそばで、PCや携帯を使っている  
時間が長い傾向

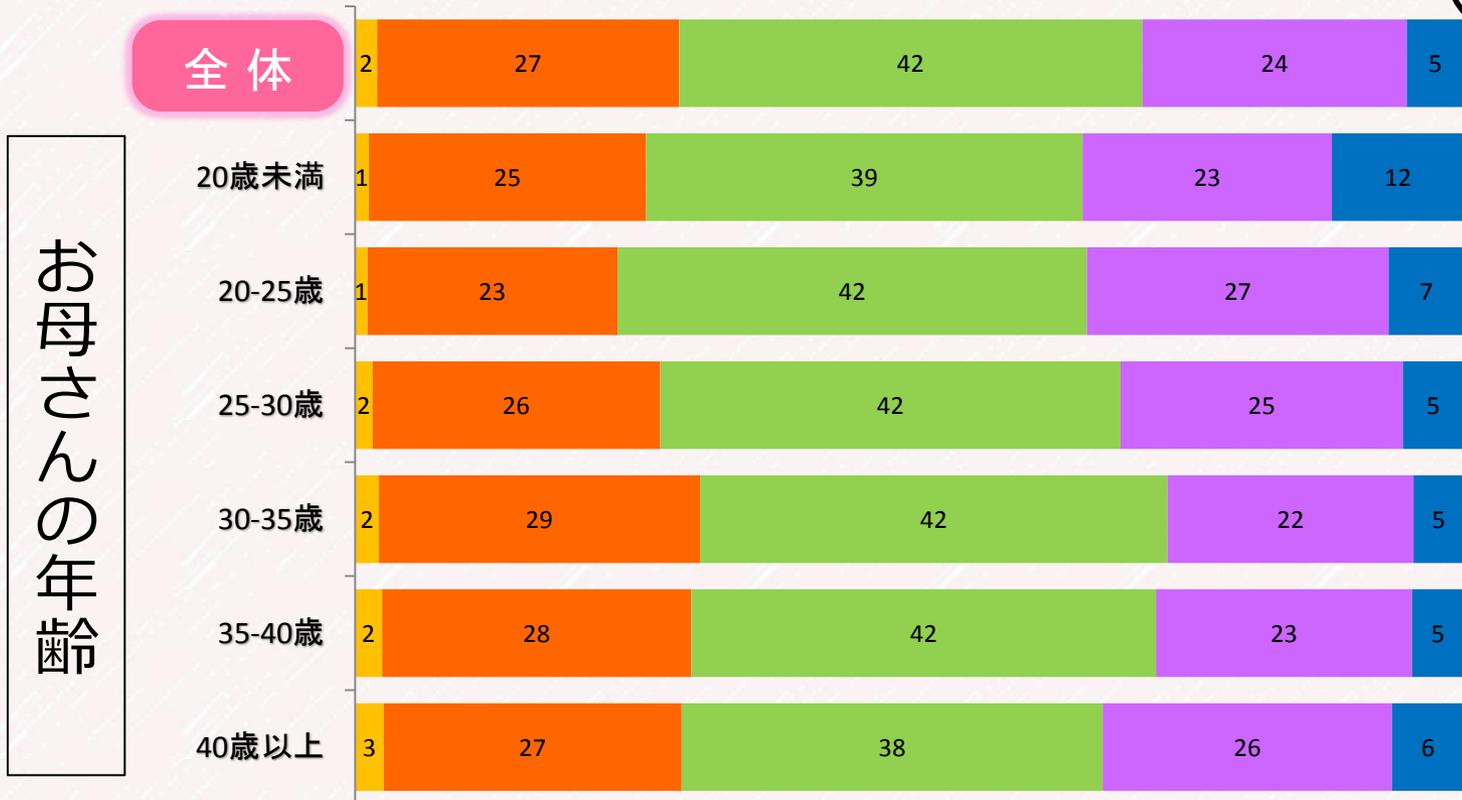


(注意) この結果は2014年11月30日時点の回答にもとづくデータクリーニング前の暫定的な結果です。

# 2歳時

## ふだんの1日、お子さんにテレビやDVDなどを 何時間くらい見せていますか

⇒ 4時間以上見せている人が5%いる (%)



回答数:26521件  
(無回答:33件)

- 見せていない
- 1時間未満
- 1時間以上2時間未満
- 2時間以上4時間未満
- 4時間以上

(注意) この結果は2014年11月30日時点の回答にもとづくデータクリーニング前の暫定的な結果です。

# 子どもの健康とICTに関する提言(2015年1月、小児科学会等)

- 1. 保護者は、**不適切なICT利用が子どもの健やかな成長発達や心身の健康に悪影響を及ぼしうる事を認識し、責任を持ってスマホやタブレット端末を管理しましょう。
  - 1) スマホなどの管理者は保護者であることを子どもに明確に伝えましょう。
  - 2) 保護者はスマホなどが子どもにおよぼす悪影響について学習しましょう。
  - 3) スマホなどの適切な使い方を親子で話し合いルールを決めましょう。
  - 4) 保護者は子どもに貸与したスマホ等の利用状況を折に触れて確認しましょう。
  - 5) 子どもが決められたルールを守れない場合には一旦没収し、改めて話し合いましょう。
- 2. 学校では、**子どもや保護者に対する情報モラル教育を推進しましょう。
  - 1) ネット社会における著作権や個人情報の保護のルールを学ばせましょう。
  - 2) ICTの使い過ぎによる健康障害やネット依存について学ばせましょう。
  - 3) いじめなどのネットトラブル予防と発生時の対策について学ばせましょう。
- 3. 子どもに関わる医療関係者や保育関係者は、**不適切なICT利用に伴う健康障害発生の可能性を意識して業務を行い、その可能性があれば適切な助言を行いましょう。
- 4. ICTの開発・普及に携わる事業者は、**不適切なICT利用が子どもの心身の健康や健やかな成長発達に悪影響を及ぼしうることを利用者に伝えるとともに、その対策を講じましょう。
- 5. 研究者は、**不適切なICT利用に起因する子どもの健康障害や成長発達障害に関する研究を積極的に行い、その成果を家庭や教育医療現場に還元しましょう。

スマホなどの管理者は  
保護者であることを伝える

子どもの健康に悪影響を及ぼしうることを  
認識しましょう

子どもと使い方のルールを決めましょう

スマホの利用状況を確認しましょう

ルールが守れない場合は、  
一度回収し、あらためて話し合しましょう

# 子どもをとりまく環境

子どもと関わる時間  
どうしてる？

たばこ・お酒  
やっぱりやめるべき？

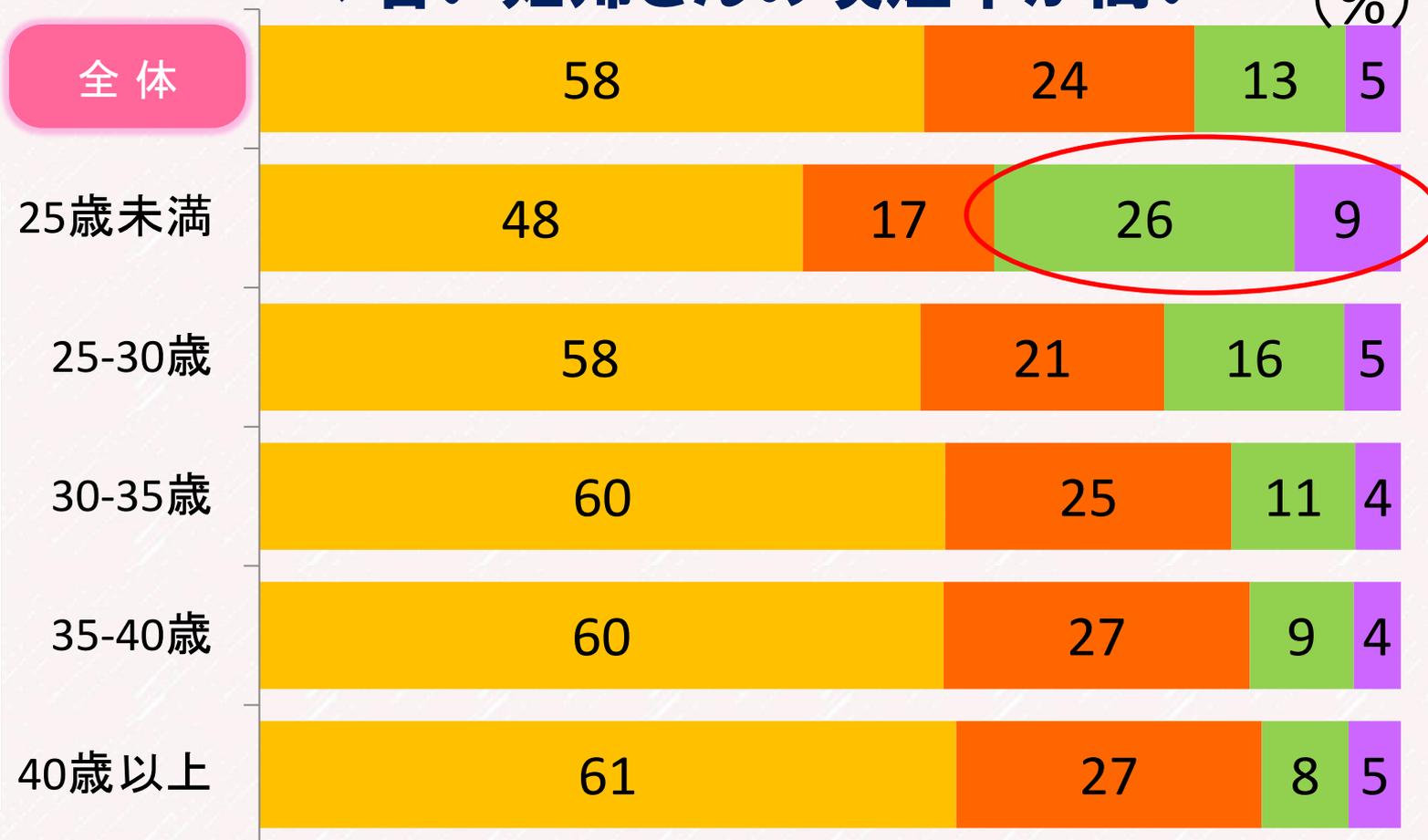
地域による生活環境  
違いはあるの？

# 喫煙の有無(妊娠初期)

⇒若い妊婦さんの喫煙率が高い

(%)

お母さんの年齢



回答数: 98538件  
(無回答: 761件)

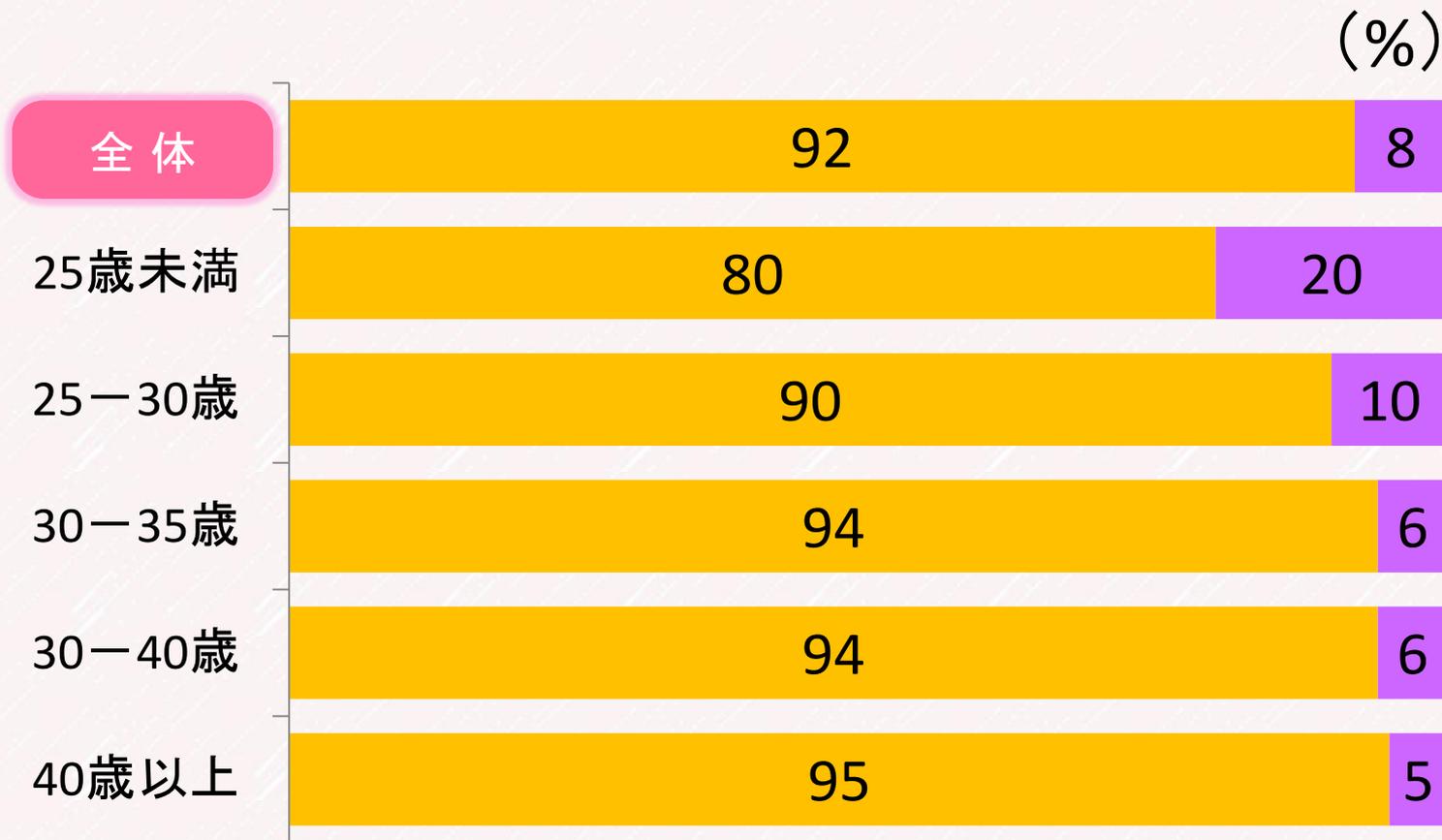
- 喫煙したことはない
- 以前は吸っていたが、今回の妊娠に気づく前から止めていた
- 以前は吸っていたが、今回の妊娠に気づいて止めた
- 現在も吸っている

(注意) この結果は2014年11月30日時点の回答にもとづくデータクリーニング前の暫定的な結果です。

1歳6ヶ月時

# 喫煙の有無 ⇒再喫煙が問題

お母さんの年齢



■ 吸わない ■ 吸う



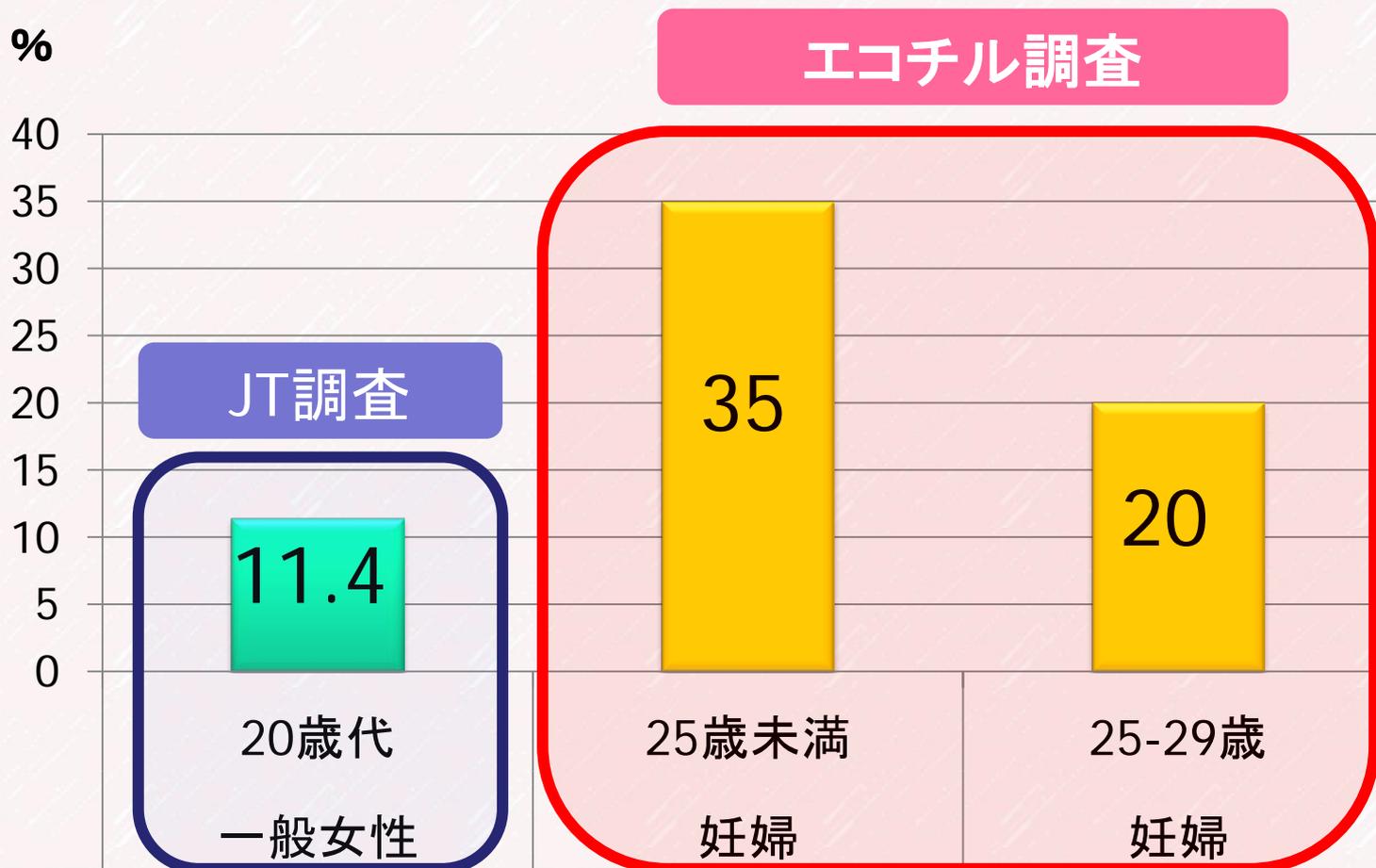
回答数：40680件  
(無回答：196件)

(注意) この結果は2014年11月30日時点の回答にもとづくデータクリーニング前の暫定的な結果です。

# 妊婦の喫煙率は一般集団よりも高い

JT調査とエコチル調査（妊娠初期）の結果（2012年）

University of Yamaguchi



妊娠前の20歳代女性の喫煙率は一般集団の**3倍**

# 妊婦の**生活習慣**と幼児期の**肥満**のリスク (甲州プロジェクトより)

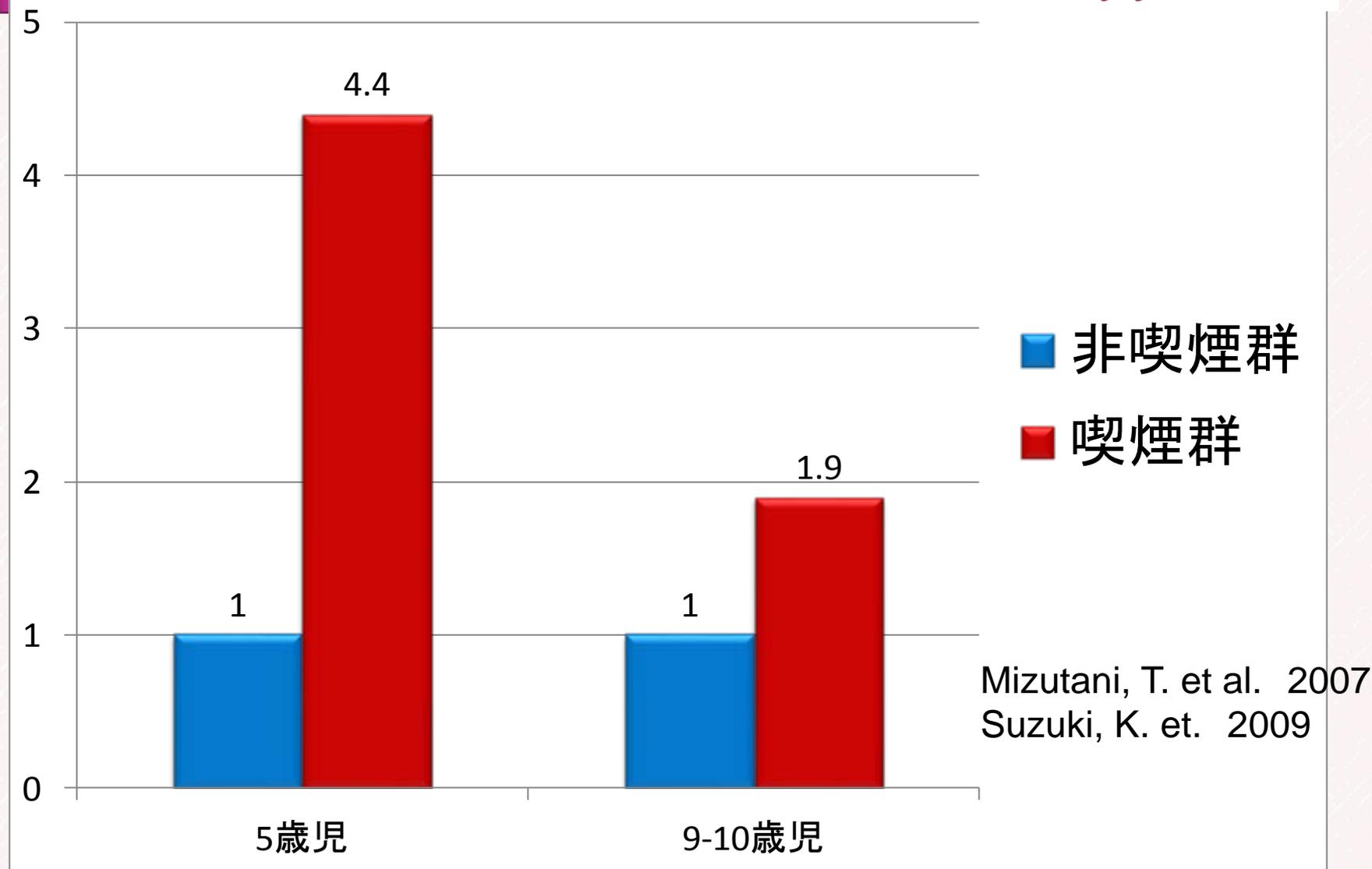
<b>生活習慣</b>	<b>オッズ比</b>
たばこを吸う	4.42
朝食を抜く	3.48
8時間以上寝る	0.37



**妊娠中の喫煙**は  
生まれた時の**低体重児**のリスクだが  
幼児期の**肥満**のリスクでもある

# 妊娠中の喫煙と児の肥満(甲州プロジェクトより)

University of Yamanashi



# なぜ？妊娠初期の喫煙と幼児の肥満

University of Yamanashi



男女差があり、  
男児で影響が大きい？  
(Suzuki et al 2011)

胎盤循環の不全



低栄養状態



子宮内発育遅滞



- ・ 栄養の吸収率の増進
- ・ 耐糖能異常



出生後の肥満  
過体重→生活習慣病

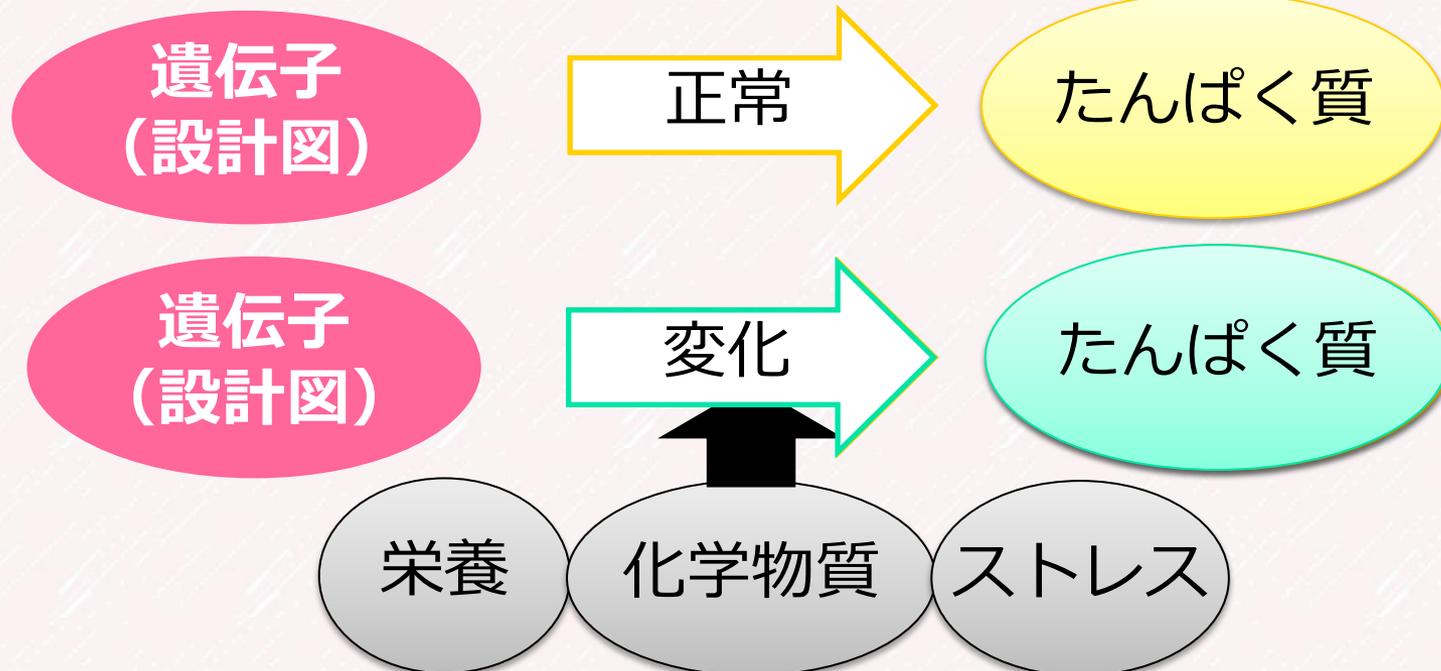
# DOHaD (ドーハド)

→ エコチル調査の  
中心仮説そのもの

University of Yamaguchi

(Developmental Origins of Health and Disease)

- 胎児期、新生児期における環境要因により遺伝子発現が変化して、その後の健康状態に影響すること。

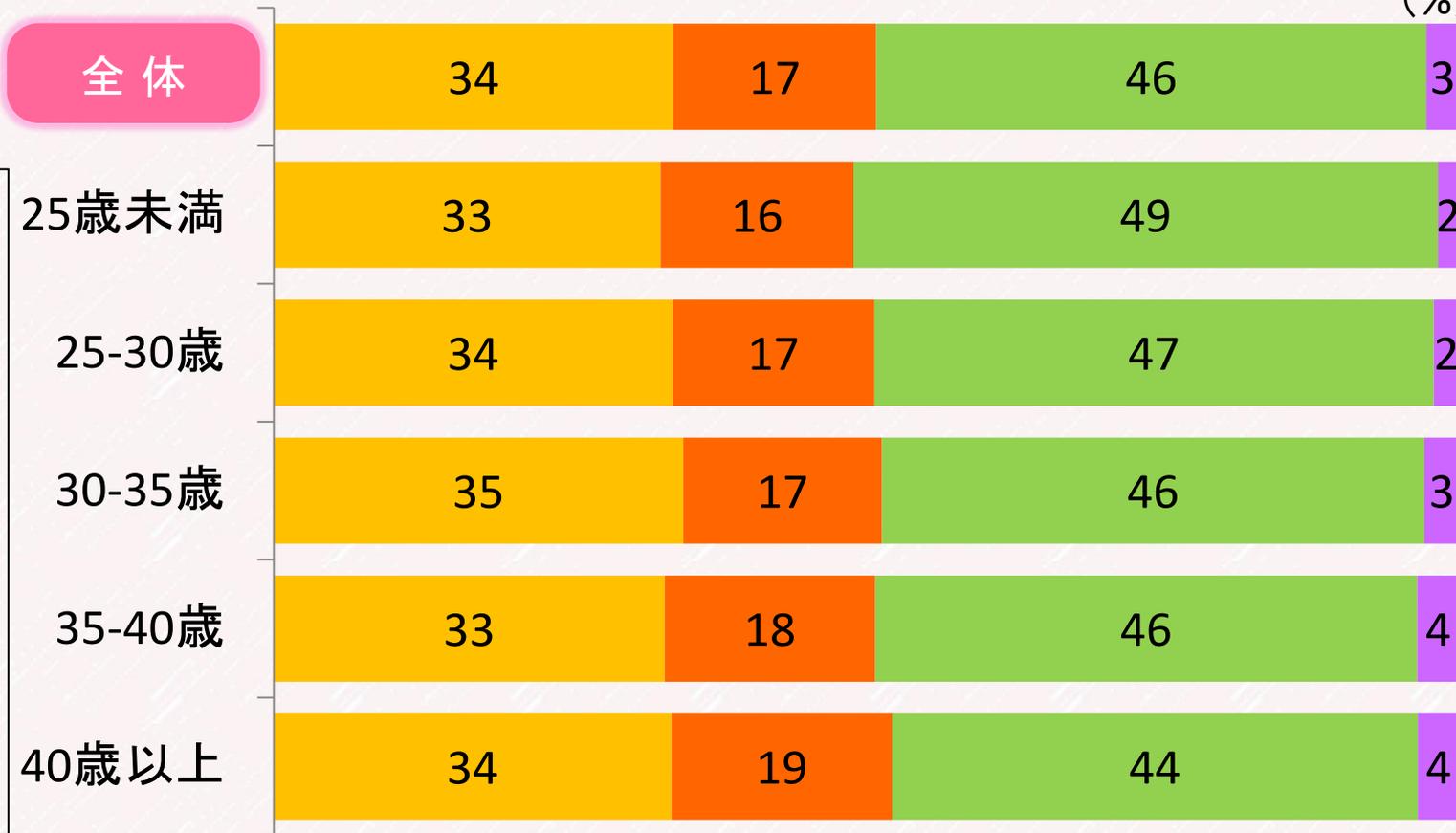


# 飲酒の頻度(妊娠中後期)

⇒多くの妊婦さんが妊娠を契機にやめているが…

(%)

お母さんの年齢



回答数: 96307件  
(無回答: 1060件)

- もともと飲まない
- 以前は飲んでいましたが、今回の妊娠に気づく前から止めていた
- 以前は飲んでいましたが、今回の妊娠に気づいて止めた
- 現在も飲んでいる

(注意) この結果は2014年11月30日時点の回答にもとづくデータクリーニング前の暫定的な結果です。

# 妊娠中の飲酒の影響

University of Yamnashi



胎児は  
50ml以下の少量でも  
アルコールの代謝が  
できない

■ 胎児性アルコール症候群  
(顔面異常・中枢神経機能障害など)  
→ アルコール量で50ml  
(ビール2本弱)

成長に伴って生じる影響

小児期の精神保健の問題

- ・ ADHD  
(注意欠陥多動障害)
- ・ 認知的柔軟性の障がい

# 子どもをとりまく環境

子どもと関わる時間  
どうしてる？

たばこ・お酒  
やっぱりやめるべき？

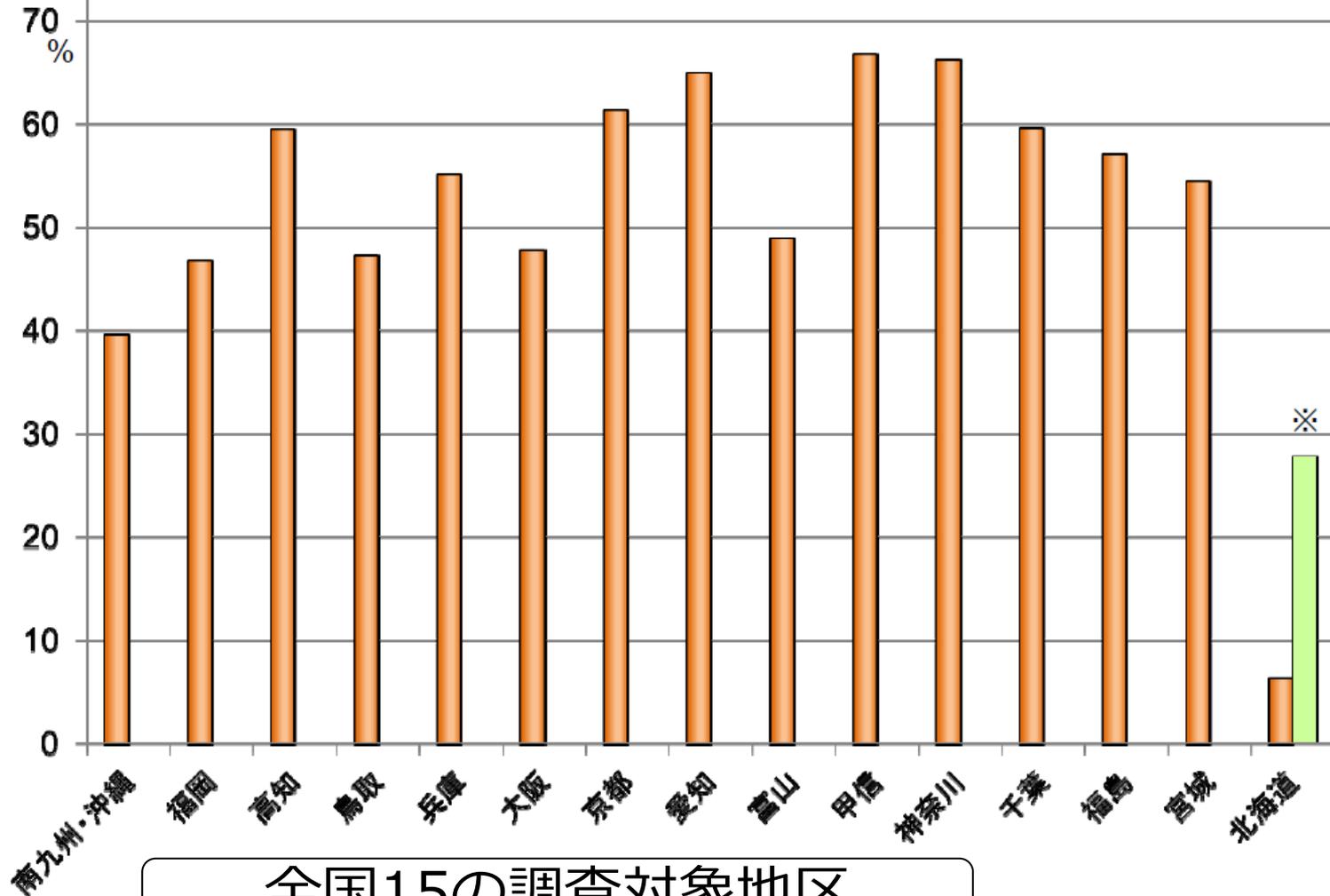
地域による生活環境  
違いはあるの？

# 環境に地域差がある

## 地域別スギ花粉特異的IgE陽性\*妊婦さんの割合

\*クラス2以上

2012年6月10日までに採血した約3万の妊婦さんのデータ

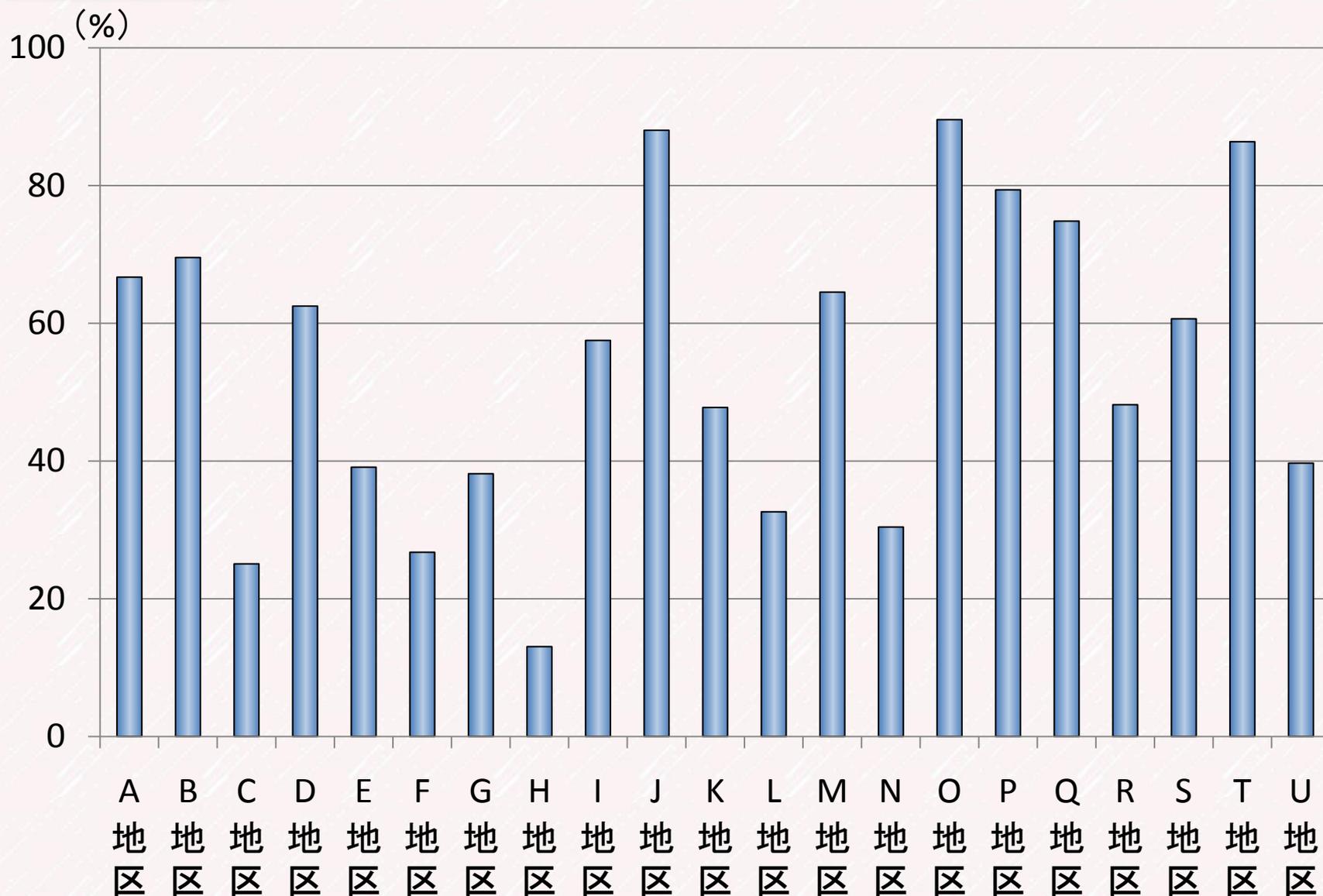


全国15の調査対象地区

※北海道ではシラカンパについても測定

2歳時

# むし歯予防：フッ素塗布の経験ありの割合



# まとめ

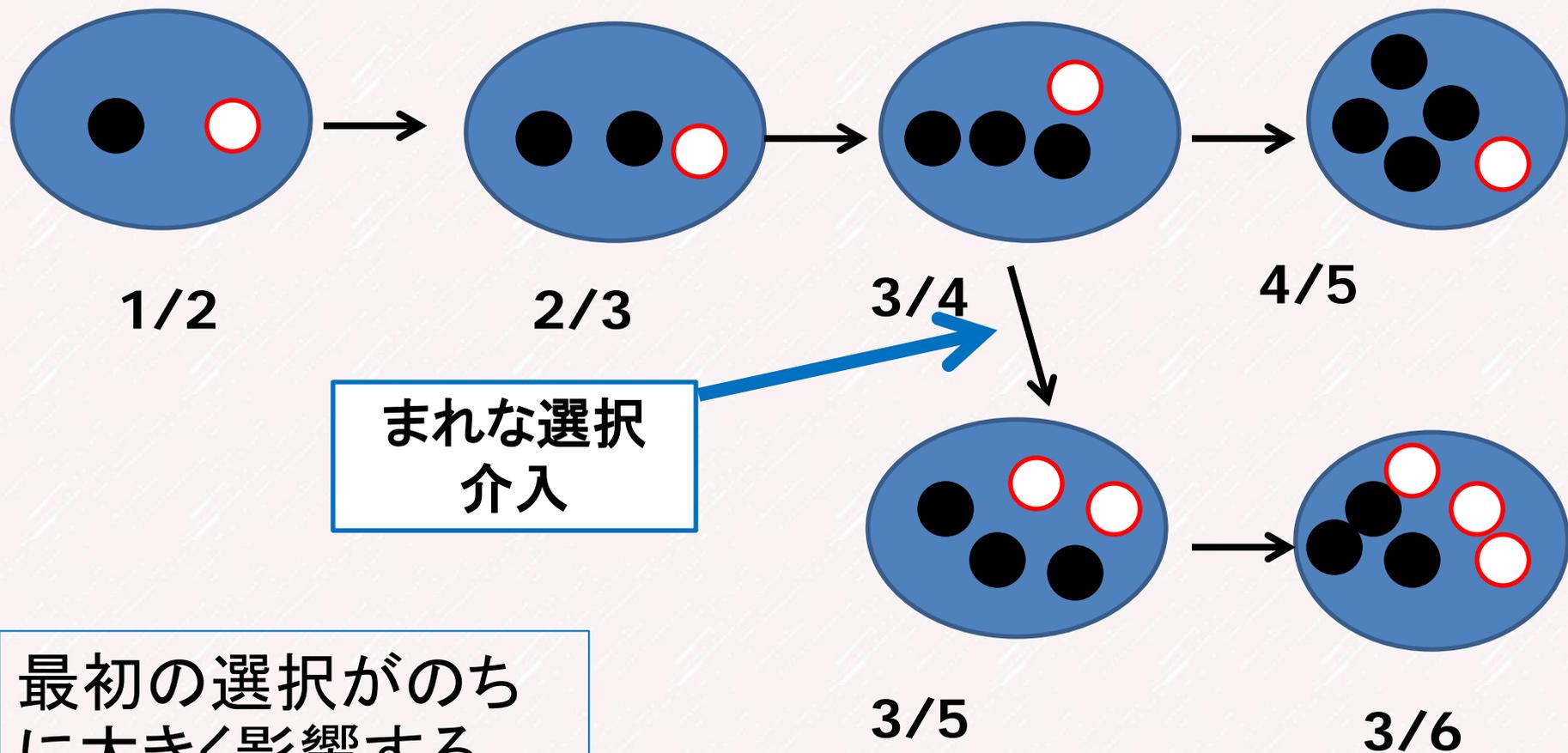
- DOHaDの概念

生活習慣病予防は胎児期から始まっている！

	わかったこと	これからわかること
子どもと関わる時間	ICTに長時間接している子どもがいる	ICTを使うことで子どもの成長に影響があるのか
たばこ・お酒	若い妊婦さんの喫煙率が高い	妊娠時・出産後の喫煙が子どもにどう影響があるのか
地域による環境の違い	地域によって、症状の出方に違いがある	地域による違いを行政支援でカバーできるのか

# 生涯の環境と結果モデル

Rule: 袋から玉を一つ  
とってその同じ色を玉を  
2つ袋に入れる



最初の選択がのちに大きく影響する。