

# エコチルひょうご通信



## 全国で 80,000 人を超えました。

エコチル調査コアセンターのデータ管理システムに登録された母親参加者の件数が、8月28日午前までに延べ80,000人を超えました(70,000人は5月22日に達成)。

これもひとえに関係機関、参加者の皆さまのご協力の賜物と、心よりお礼申し上げます。



## ヨガ教室の実施状況について



7月30日(火)および8月23日(金)開催の「エコチルママのためのヨガ教室」では、初の試みとして、当ユニットセンターの澤木特任助教(小児科医)が座談会に同席しました。いつもどおり、参加者の皆様へ自由な発言を促したところ、育児について澤木特任助教への以下のような相談が寄せられました。

○離乳食はより遅くしたほうがアレルギーになりにくいのか。  
○子どもが食べすぎる。  
○母乳以外のものを飲まない。  
○夜泣きがひどい。  
○抱っこしないと寝ない。  
○子どもの便からビニールのかげらが出てきた。  
○予防接種で体調が悪くなることもある。  
○夏の乗り切り方を教えてほしい。



また、8月23日の座談会では、熱中症の予防や応急処置についての資料をお持ち帰りいただきました(裏面をご参照ください)。

参加者の皆様へのアンケートでは「保健師さんのお話はよく聞く機会があるが、小児科の先生のお話はなかなか聞けないので、今後お願いします」という回答が見られました。

澤木特任助教:「迷ったら受診するようお勧めしました。予想以上に、お母さんたちは受診時に医師に言わずにためこんでいるのだと実感しました。これからも機会があれば同席したいと思います。」

ヨガに限らず、今後ともエコチル調査参加者へ魅力的なプログラムを提供できればと考えています。



## リクルートの現場から



いつもエコチル調査にご理解、ご協力をいただきましてありがとうございます。医療機関の先生をはじめスタッフの皆様には大変お世話になっています。

エコチル調査では、お父様にも調査にご協力いただけます。アンケートへのご記入と採血を実施いたします。その後、総IgE値やコレステロール値などの検査結果を郵送させていただいています。

先日、ご出産間近の参加者様とお話する機会がありました。ご本人様の順調な経過と共に、ご主人様のことも「最近ではマラソンまで始めたんですよ、これもエコチルがきっかけです。」と笑顔で教えてくださいました。以前に伺ったお話では、お手元に届いた血液検査の結果、コレステロールの数値が思っていた以上に高いことに驚かれ、ご主人様がバランスの良い献立を進んで食されるようになったとのことでした。その折も、ご主人様の意識が変わったことを喜んでくださっていました。

このように近況などをお知らせいただいたり、検査結果を有効に使ってくださっているのを知ることが、私たちにとって大変励みになります。また、参加者の方々が気軽に声をかけてくださるのは、医療機関のスタッフの皆様がエコチル調査に対して好意的にご紹介くださり、接して下さるからこそ感謝しております。そのことも心に留めて、日々業務に励んでいきたいと思っております。

リクルート期間も残り少なくなってきましたが、今後ともエコチル調査にお力添えをいただきますようよろしくお願いいたします。

リサーチ・コーディネーター 谷 智子



## リクルートの進捗状況 (H25.8.31 時点)

母親	父親
8月の結果(兵庫)	8月の結果(兵庫)
122 人	51 人
累計(兵庫)	累計(兵庫)
4,325 人	1,425 人
累計(全国)	累計(全国)
80,397 人	37,865 人

子どもの登録数	
兵庫	全国
3,042 人	55,496 人

2013  
9.10

【編集・発行】兵庫医科大学 エコチル調査兵庫ユニットセンター

〒663-8501 兵庫県西宮市武庫川町1番1号 ☎0120-456-019

MAIL: ecochild@hyo-med.ac.jp URL: http://www.ecochil-hyogo.jp/



ヨガ教室で配付した資料全4枚のうちの1枚目をお示しいたします。  
全部の資料をご入用の方は当ユニットセンターまでお問い合わせください。

- ★ 日本の夏は蒸し暑く、熱中症に注意が必要です。
- ★ 予防の知識をもち、応急処置法を知っておきましょう。

### <熱中症の予防>

- ① 気温と湿度に注意  
25℃でも湿度が高ければ、熱中症を発症する
- ② こまめに水分を補給する
- ③ 暑さに慣れる  
突然の猛暑、合宿の初日、休みの後など  
暑さに慣れていない場合に発症しやすい
- ④ 服装で調節  
吸湿性・通気のよい明るい色の服  
帽子をかぶる  
直射日光を避ける
- ⑤ 暑さに弱い人、慣れていない人は特に注意する
  - ★ 肥満傾向
  - ★ 体力がない
  - ★ 体調不良
  - ★ 新入生

### <熱中症の応急処置>

- ① 涼しい場所に移す
- ② 頭を低く、足を高くして寝かせる
- ③ スポーツドリンクなどを補給する
- ④ 救急搬送の必要がある場合
  - ★ 吐き気で水分が飲めない
  - ★ 応答が鈍い
  - ★ ふらつく
  - ★ 言動が不自然
  - ★ 座り込む
  - ★ 朦朧としているなど