

# “小児肥満サマースクール”開催のご案内

—お子さんの健康について一緒に考えてみませんか?—

国立病院機構南京都病院 小児科  
京都府立城陽支援学校 病弱教育部

過去に比べて、肥満傾向を伴う児童・生徒の割合が増加しており、注目を集めています。“やせ”や“ぽっちゃり”などの体型の特徴はそれぞれの子どもたちにとって大切なキャラクターの一つですが、“過度な”肥満は種々の生活習慣病（糖尿病や高脂血症、高血圧症、睡眠時無呼吸症候群など）発症への大きな危険因子となると共に、心理的な負担となって不登校や心身症の発症に結びつくケースも見られます。

子どもの肥満は決して怠惰な生活習慣のみから生まれるわけではなく、“食べ過ぎるから太るんだ”、“ゴロゴロしてばかりいるから太ったのよ”などと決めつけることは子どもたちに不要な劣等感のみを植え付ける結果に結びついてしまいます。それぞれのお子さんが肥満に至る原因は様々であり、それぞれの原因を探った上で個別性に配慮した適切な対応を行うことが重要と考えます。

国立病院機構南京都病院小児科では15年以上前から小児肥満外来を開設し、肥満傾向の子どもたちとの対話を続けてきました。“子どもたちが劣等感を持つことなく、楽しみながら自分たちの健康に興味を持ち続けること”を第一の目標として取り組んで参りました。

平成13年からはより多くの肥満傾向のお子さんとそのご家族に小児肥満の問題点と肥満解消への取り組みを考えて頂く機会を持って頂くため、京都府立城陽支援学校と協力して“小児肥満スクール”を定期的で開催してきました。

今年の夏休みも下記の要領で“小児肥満サマースクール”を開催することを計画致しました。大切な夏休みの一日ですが、肥満傾向が気になるお子さんの健康を考えるきっかけとされては如何でしょうか？対象と思われるお子さんとご家族の参加を心よりお待ちしております。

1. 対象： 肥満に関する健康チェックや学習を希望される中等度～高度肥満（概ね肥満度 30%以上）の児童・生徒とその保護者（申込順先着 10 組まで）

2. 場所： 国立病院機構南京都病院 及び 京都府立城陽支援学校（城陽市中芦原）

3. 日時及び内容：平成 25 年 7 月 31 日（水）9:30～ 受付開始 /10:00～ 開校式

① 参加児童・生徒の日程；

10:15～ 身体計測、血液・尿検査、腹部エコー検査、小児科医師の診察

11:15～ 楽しく身体を動かしましょう（当院理学療法士の指導で楽しく身体を動かします）

12:00～ 親子揃ってランチタイム（600 カロリーのお弁当を用意します）

13:00～ 城陽支援学校へ移動

城陽支援学校案内

プールで楽しく身体を動かしましょう（雨天時は別メニュー）

15:00～ おやつを食べながら小児科医師からまとめの話を聞きます

15:30 閉校式

② 保護者の日程；

10:15～ 小児肥満に関するお話（小児科医師・管理栄養士より）

12:00～ 親子揃ってランチタイム（600 カロリーのお弁当を用意します）

13:00～ 城陽支援学校へ移動 城陽支援学校案内及び希望される保護者を対象に教育相談

13:30～ 小児科医師から個別に検査結果説明・質疑応答、栄養士から個別に栄養指導

15:00～ 小児科医師からまとめの話を聞きます

15:30 閉校式

4. 費用：

診療にかかる部分は医療保険自己負担分をお支払い頂きます

（3割自己負担で 5000 円程度、自治体により子育て支援医療費助成制度が利用可能）

昼食代は別途徴収させていただきます（1人あたり 600 円）

5. 申し込み方法：

申込用紙（各学校に配布しています）に必要事項を記入の上、

南京都病院小児科または城陽支援学校宛に FAX または郵送でお送りください。

申込期限；7 月 22 日（月）必着

申込された方には、折り返し受付完了をお知らせするお手紙を送付致します（7/22 以降）。

6. 申込先（下記のいずれかをお願いします）：

〒610-0113 京都府城陽市中芦原 11 番地 国立病院機構南京都病院 小児科 宛

TEL：0774-52-0065 FAX：0774-55-2765

〒610-0113 京都府城陽市中芦原 1-4 京都府立城陽支援学校 病弱教育部 宛

TEL：0774-53-7100 FAX：0774-53-4044

御不明の点等があれば、お電話にて国立病院機構南京都病院小児科 徳永までお気軽にお尋ねください。