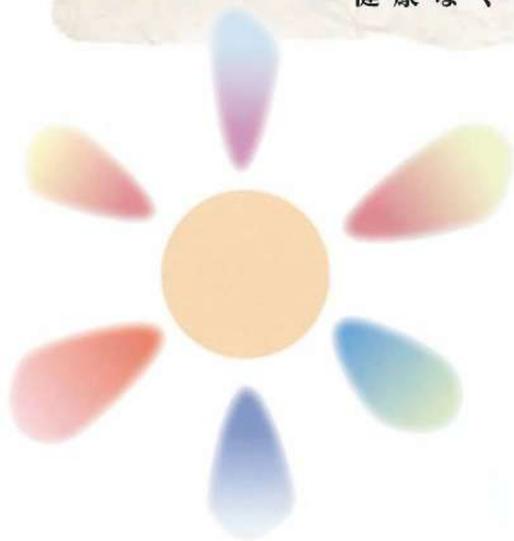


健康教育

— 健康なくして教育はありえない —



- ◎ こどもの体の変化を考える ……井上 愛子
- ◎ 園児に対する食事の工夫 ……木邨 あき
- ◎ 保育園における園児への ……星 英寿
安全対策



「健康教育」

——健康なくして教育はありえない——

1911年、河合グループ創業者である薬学博士・河合亀太郎がかかげた企業理念です。



薬学博士・河合亀太郎

こどもたちのすこやかな成長を願い、より一層お役に立てる情報のご提供・ご提案を目指し、発刊致しております。これからも、創業者・河合亀太郎の理念「健康教育」を大切に伝え続けてまいります。今後ともご愛読のほどよろしくお願い致します。

目 次

3	こどもの体の変化を考える
7	園児に対する食事の工夫
9	食品アレルギーの起こるしくみ
11	保育園における園児への安全対策
15	あらまし

こどもの体の変化を考える

東京都健康局
医療サービス部
井上 愛子



近年、食生活の変化等によりこどもの体格が良くなっている反面、体力や運動能力が低下していると言われていています。こどもを取り巻く環境が大きく変化する中で、こどもたちの体格や体力はどのように変化したのかまとめてみました。

体格はどのように変化したか

身長と体重の変化から、こどもの体格がどのように変わってきたかをみてみましょう。

図1(表1)に身長の高さの年次推移を、図2(表2)に体重の年次推移を示しました^{*1*2}。身長、体重ともに1歳、3歳では年次による変化はあまり大きくなく、カーブが比較的平坦です。それに対して9歳、11歳では右上がりの傾斜が大きくなり、年次とともに身長、体重が大きくなっていることがわかります。

年次による変化についてもう少し詳しく見てみましょう。2000年(平成12年)を基準として過去40年間の変化を図3(表3)に、最近10年間の変化を図4(表4)に示しました。

図1 平均身長の高さの年次推移(男子)

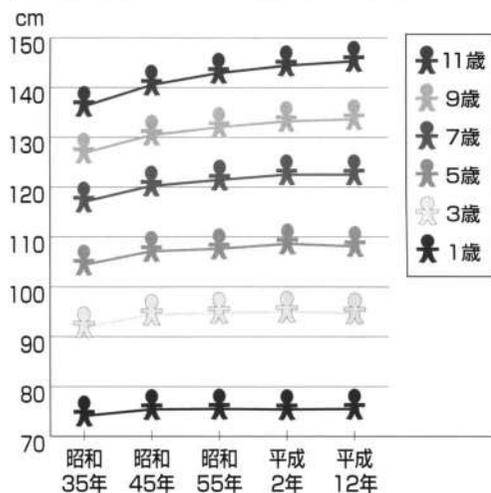
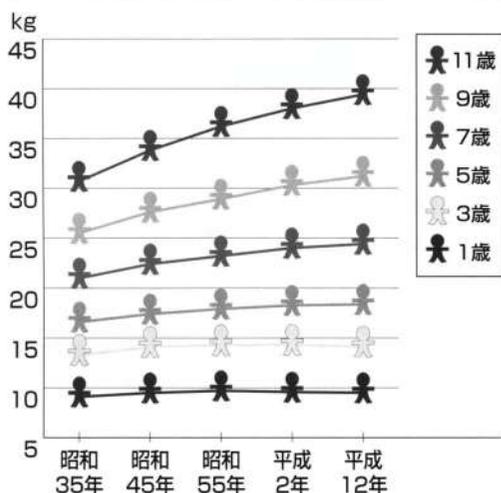


図2 平均体重の年次推移(男子)



出生時の身長と体重はいずれも減少しています。これは、計画分娩の増加により比較的低体重での出生が増える傾向にあることと、新生児医療の進歩で、低体重出生児の生存率が向上したことの影響等によるものと考えられます。

身長と体重の過去40年間の変化では、1歳以上のどの年齢においても増加していますが(図3)、最近10年間の変化では、5歳までの各年齢において逆に減少していることがわかります(図4)。1960年(昭和35年)に乳幼児発育調査を開始して以来、こどもの体格は栄養の改善等により概ね向上し

てきましたが、近年は伸び止まりの傾向にあると言えます。

肥満とやせの傾向について

前述の「学校保健統計調査」で肥満について詳しく取り上げられたのは、1968年(昭和43年)であり、この頃から肥満がこどもの健康上の問題になってきたと言われています。

2001年度(平成13年度)の「肥満傾向」の者(学校医から肥満傾向と判定された者)

図3 身長と体重の40年間の変化

(平成12年の値) - (昭和35年の値)

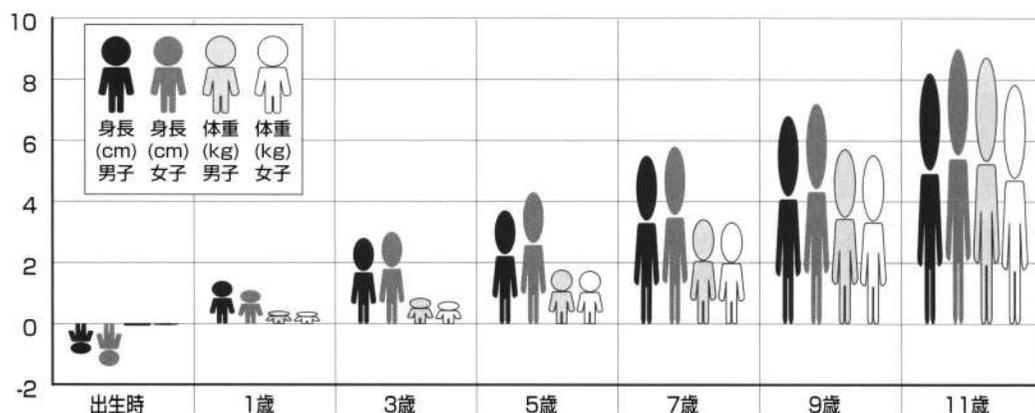
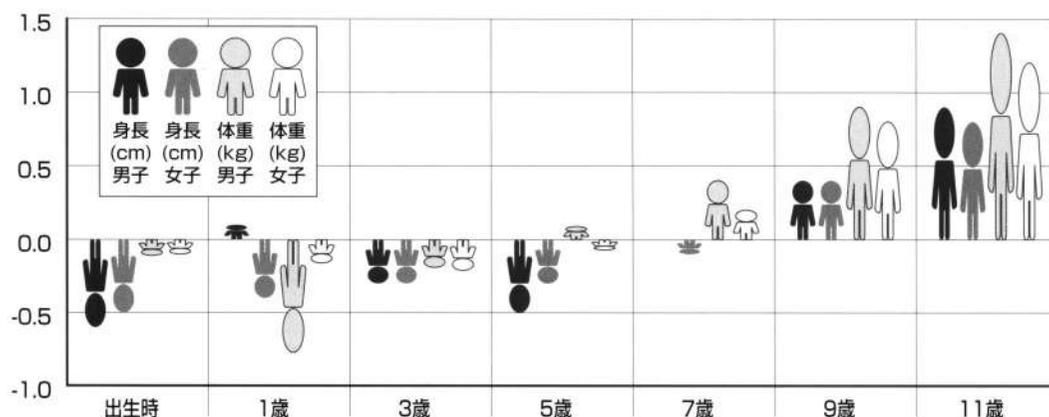


図4 身長と体重の10年間の変化

(平成12年の値) - (平成2年の値)



の割合は、5歳で0.6%、小学生の平均で2.8%となっており、小学校では前年度より上昇し、学年が上がるにつれ増加しています。また、男子の方が多く、10歳では5.0%と最も高くなっています。肥満傾向児が増加している原因として、栄養と運動のアンバランスがあげられます。高度経済成長が本格化した1960年代後半から、こどもたちが高カロリーのスナック菓子や清涼飲料水を好んでとるようになりました。

1970年代にはエアコンが普及し、さらにテレビゲームの普及により、ますます屋外での遊びが減少し、運動不足の状況が生じていると指摘されています。

夏に体重が増加するこどもが肥満になりやすいという報告もあります。夏休みは特に食生活に注意し、屋外での遊びを促す工夫が求められます。特に、夏休みの過ごし方については、ご両親の理解を深め、夏太りを防止することが重要です。

一方、痩身傾向児についても肥満と同様に学年が進むにしたがって増加しています。小学校高学年から、特に女子のやせ傾向が、最近ますます顕著になっているという指摘があります。近年の痩身願望が小学校高学年ころより出現する傾向はマスコミ等の影響を受けているものと思われますが、学校教育においても肥満だけでなく、やせの予防にも着目した取り組みが必要になっています。



体力はどう変化したか

最近の調査では、走る、跳ぶ、投げるという基礎的な運動能力が低下傾向にあることが明らかになっています^{※3}。体力・運動能力の低下は、けがのしやすさにもつながります。また、体を支える筋肉の力を示す背筋力が減少傾向にあることも指摘されています。そのためにきちんと立ってられない、椅子に座ってられないという現象が目立つようになりました。背筋力が弱いと姿勢が悪くなり、内臓への悪影響や視力の低下にもつながります。しかし、屋外での遊びや家事の手伝いなどで体を使うことも少なくなり、日常生活の中で背筋力を発達させることが難しくなっています。せめて学校の中では、積極的に体を使った遊びを取り入れていくことが望まれます。

こどもの生活環境を見直そう

こどもの体格は全般的に向上しましたが、体力の低下や肥満の増加など、新たな健康問題が発生しています。少子化、自由に遊べる場所の減少、ビデオやテレビゲームの普及、受験戦争の激化等、こどもを取り囲む環境は大きく変化しています。

家庭における生活習慣の見直しはもちろんですが、ひとりひとりの努力だけでは解決できない問題も数多くあります。

学校や地域による子育て支援の強化、こども自身が自分の体や健康に関心をもつ保健教育の推進、安心して遊べる環境の整備等、保育・学校関係者だけでなく、地域社会が積極的に取り組むことが必要です。

※1：厚生労働省「平成12年乳幼児身体発育調査」

※2：文部科学省「平成13年度学校保健統計調査」

※3：文部科学省「平成12年度体力・運動能力調査」

◆表1 平均身長の年次推移

(cm)

性 別	男 子					女 子				
	昭和 35年	昭和 45年	昭和 55年	平成 2年	平成 12年	昭和 35年	昭和 45年	昭和 55年	平成 2年	平成 12年
出生時	50.0	50.2	49.7	49.6	49.0	49.8	49.7	49.3	48.9	48.4
1歳	74.1	75.4	75.5	75.4	75.5	72.7	74.2	74.1	74.2	73.8
3歳	91.9	94.4	94.8	95.0	94.7	90.7	93.0	93.9	94.0	93.7
5歳	104.4	107.1	107.6	108.6	108.1	103.3	106.2	107.1	107.9	107.6
7歳	117.0	120.2	121.4	122.5	122.5	115.9	119.3	120.6	121.8	121.7
9歳	126.8	130.4	132.0	133.2	133.6	126.3	130.1	131.9	133.1	133.5
11歳	136.2	140.5	142.9	144.4	145.3	138.1	142.9	144.9	146.3	147.1

◆表2 平均体重の年次推移

(kg)

性 別	男 子					女 子				
	昭和 35年	昭和 45年	昭和 55年	平成 2年	平成 12年	昭和 35年	昭和 45年	昭和 55年	平成 2年	平成 12年
出生時	3.10	3.20	3.23	3.15	3.04	3.00	3.10	3.16	3.06	2.96
1歳	9.10	9.50	9.71	9.58	9.51	8.50	9.10	9.09	9.04	8.88
3歳	13.30	14.10	14.28	14.32	14.13	12.90	13.40	13.86	13.83	13.62
5歳	16.60	17.40	17.91	18.27	18.36	16.20	17.00	17.55	17.99	17.92
7歳	21.00	22.40	23.20	24.00	24.40	20.50	21.80	22.60	23.60	23.80
9歳	25.50	27.60	28.90	30.30	31.20	25.20	27.20	28.50	29.90	30.70
11歳	30.70	33.80	36.20	38.00	39.40	32.30	35.70	37.30	38.90	40.10

◆表3 身長と体重の40年間の変化

(平成12年の値) - (昭和35年の値)

年 次	身長(cm)		体重(kg)	
	男子	女子	男子	女子
出生時	-1.0	-1.4	-0.06	-0.04
1歳	1.4	1.1	0.41	0.38
3歳	2.8	3.0	0.83	0.72
5歳	3.7	4.3	1.76	1.72
7歳	5.5	5.8	3.40	3.30
9歳	6.8	7.2	5.70	5.50
11歳	8.2	9.0	8.70	7.80

◆表4 身長と体重の10年間の変化

(平成12年の値) - (平成2年の値)

年 次	身長(cm)		体重(kg)	
	男子	女子	男子	女子
出生時	-0.6	-0.5	-0.11	-0.10
1歳	0.1	-0.4	-0.77	-0.16
3歳	-0.3	-0.3	-0.19	-0.21
5歳	-0.5	-0.3	0.09	-0.07
7歳	0.0	-0.1	0.40	0.20
9歳	0.4	0.4	0.90	0.80
11歳	0.9	0.8	1.40	1.20

園児に対する食事の工夫

寝屋川東保育園
栄養士

木邨 あき



育ち盛りのこどもたちにとって、「食事」が大変重要であることは言うまでもありません。

当園でも、その大切な「食事」を作る際に、こどもたちにおいしく、そして栄養バランスよく食べてもらえるために、様々な工夫をしています。今回は、実際におこなっている工夫についてまとめてみました。

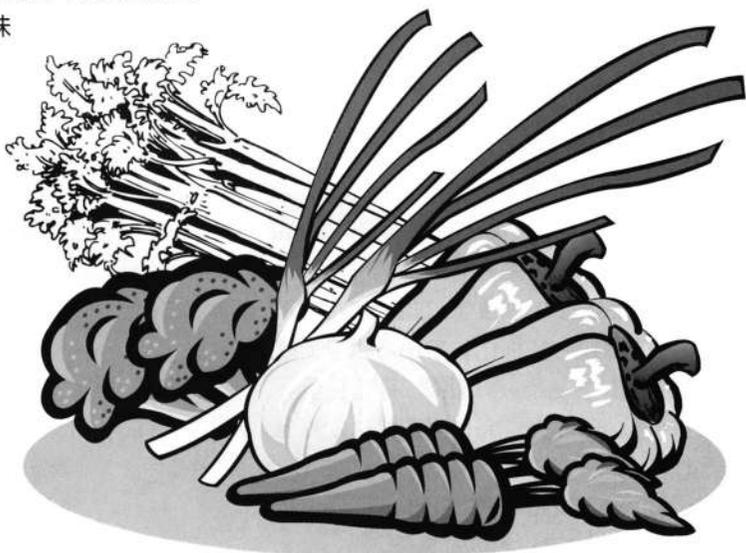
野菜嫌いの園児 に対する工夫

園児は、野菜がとにかく苦手です。特に、青ねぎや青菜など、にが味があり、青くさい野菜に抵抗があるようです。

家庭の食生活が洋食中心のメニューになってきているため、ハンバーグや鶏肉のケチャップ煮などの肉を使った料理は食べてくれますが、昔ながらの切り干し大根の煮付けやひじきの煮物、金時豆の甘煮などは食べ慣れていなく、残す園児が多いようです。

しかし、0歳、1歳、2歳児は、嗜好がまだ決まっていないため、苦手な食べ物が出されても嫌な顔はするのですが、少しずつゆっくりと食べてくれます。そのため、この時期に調理方法を工夫し、嫌いにならないように努めています。

逆に、3歳、4歳、5歳児は、この時期になると少しずつ嗜好が決まってしまうため、好きな物は好き、嫌いな物は嫌いと分けてしまい食べてくれません。そのため、嫌いなものだとわからないように、細かくみじん切りにするなど工夫をして、食べてくれるように努力しています。



おかずに対しての 具体的な工夫

竹の子のえぐ味や大根の辛味などは、園児達は苦手としているので、一回茹がいてから煮付けたり、お味噌汁に使うなど、えぐ味や辛味を取ったり、味を隠せるような調理をし使うようにしています。

また、野菜を好きになってもらうため、缶詰を使うよりも、新鮮な季節の野菜を取り入れて、一番おいしい時期に食べてもらえるように心がけて作っています。

園児達が嫌いな食材（特にピーマンや人参、椎茸など）は、できるだけ細かく切ったりすりおろしたりして、他の食材とよく混ぜあわせて、少しでも食べてもらえるように工夫しています。

園児の食事を管理する立場上、目分量で扱う調理は、絶対に避けなければなりません。はかり、計量カップ、計量スプーンなどを十分に調理に生かして使い、カロリー調整や塩分、脂肪分などを控えて作るように心がけています。



アレルギーを持っている 園児への工夫

最近、食品アレルギーをもつ園児が多く見うけられるようになりました。また、アレルギーの種類も多様化しているようです。

食品アレルギーの多い順に、卵、牛乳、小麦、肉類、そば、エビ、落花生などがあります。

園では、卵アレルギーを持っている園児は、1歳～5歳までと幅広いのに対し、その

他のアレルギーは、2歳の園児に集中しています。

万一、食品アレルギーの園児が症状を起こしてしまった場合、吐き気、嘔吐、下痢、ひどくなれば、ぜんそくの発作につながり、最悪の事態も考えられます。したがって、アレルギーを引き起こす原因になる食材を一切入れないように気をつけており、食品アレルギーの園児には除去食を実施しています。

除去食の献立作成にあたって、卵、牛乳（乳製品）、大豆などのタンパク質を含む食品やエネルギー源となる小麦粉、米などを除去する場合には、タンパク質やエネルギーの不足を招かないように注意し、栄養バランスのとれた除去食を作るように心がけ工夫しながら作っています。

もちろん園だけでなく、この時期の家庭での食生活も園児の味覚のほかに発育にも大きく影響します。料理を作る時には、好き嫌いがおきないように、なおかつ栄養バランスを考え、たくさんの食材を使ってもらいたいと思います。





食品アレルギーの 起こるしくみ



近年、「食品アレルギー」の増加が問題となっています。正しい知識を持ち、対策をしていくために、「食品アレルギー」について取り上げてみたいと思います。

なぜ食品アレルギーは おこるか？

そもそも、なぜ食品アレルギーはおこるのでしょうか。アレルギーを引き起こす代表的な食品である卵、牛乳、大豆などに多く含まれるタンパク質を例にとって説明してみたいと思います。

食品として取り入れたタンパク質は胃から腸へ移動し、本来であれば消化・分解をし、アミノ酸になります。しかし、消化機能が十分でないと、この消化・分解がうまくいかに、体内にそのままのタンパク質が入り込んでしまいます。人は、自分に害のある物質(抗原)が体内に入り込んだ場合、それに対抗するため「抗体」を作り体を守ります。また、その「抗体」は次に「抗原」が進入したときに備えます。この働きを「免疫」といいますが、この時に免疫機能に狂いが生じると、人によってはアレルギーを起こすことがあります。

そのために、まだ胃や腸などの消化器官が未発達な乳幼児(特に0~2歳)や体調を崩して消化機能が十分に働かない時にアレルギーは起きやすくなります。

食品への 原材料表示について

アレルギー症状を引き起こす原材料を使用している加工食品には、表示が義務付け又は奨励されています。(表A参照)

この表示の義務付けによって、アレルギー症状を引き起こす原材料がより分かり易くなりました。

アレルギー増加の 原因と対策について

近年アレルギーが増加傾向にあります。その原因は様々な要因が複雑に絡み合っています。簡単に言ってしまうと、以下のようことが挙げられます。

- ① ストレスの増加
- ② 昔に比べ肉料理や脂肪の多い食事中心になっている
- ③ 食品添加物の摂取の増加
- ④ 排気ガスなどの深刻な大気汚染
- ⑤ 花粉、ハウスダスト等の蔓延
- ⑥ 母乳ではなく人工乳で育つ乳児が増えている

このようなことが原因の一部として挙げられます。

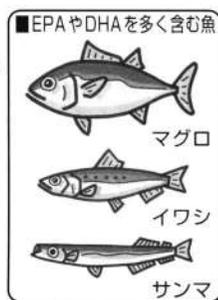
乳幼児期に食品アレルギーを起こしてしまうと、アレルギーが成長に伴い一度治まっても、その他のアレルギーを起こしやすくなってしまいます。(このよう

にアレルギーの症状が変化していくことをアレルギーマーチと呼びます) そのため、乳幼児期に食品アレルギーを起させないようにすることが、非常に重要になります。

その対策として、なるべく母乳を与えることが有効と考えられます。牛の乳でできた人工乳は乳児にとっては異物であり、アレルギーは起こりやすくなります。しかし、様々な事情により母乳で育てられない場合もあります。その際には、低アレルギー性の粉ミルク（タンパク質があらかじめアミノ酸などの分解された形になっている）を使用するとアレルギーは軽減できることがあります。

また、肉料理や脂肪の多い食事に含まれる脂肪酸の一部であるリノール酸は、体内でアラキドン酸に変化します。このアラキドン酸はアレルギー症状を起しやすい成分として知られています。脂肪の多い食事の摂り過ぎはアレルギーの大きな引き金になることがあります。しかし、同じ脂肪酸でもマグロ・イワシ・サンマなどの青魚に多く含まれるエイコサペンタエン酸（EPA）やドコサヘキサエン酸（DHA）はアレルギー

症状を抑制する働きがあるとされています。現在、肉食中心の油っぽい食事をしている場合は、さっぱりとした魚中心のメニューに切り替えることも重要になります。



また、最近の研究ではタンパク質を含む食品は発酵することによりアレルギー反応を抑制する働きがあるともいわれています。例えば、大豆アレルギーを例にとると、発酵した味噌や醤油ならばアレルギーは起こりにくいというわけです。このように、うまく発酵食品を取り入れることも有効になるのではないのでしょうか。

アレルギー体質にならないように乳幼児期にできる限り対策をとることは大変重要になります。しかし、それでもなってしまった場合は、ストレス解消法を見つけ、体質にあったバランスの良い食事を心がけて上手にアレルギーとつきあっていくことが大切になります。

◆表A 省令／通知による規定

規定	特定原材料等の名称	理由
省令	卵、乳、小麦	症例数が多いもの。 なお、牛乳及びチーズは「乳」を原料とする食品（乳及び乳製品等）を一括りとした分類に含まれるものとする。
	そば、落花生	症例が重篤であり生命に関わるため、特に留意が必要なもの。
通知	あわび、いか、いくら、えび、オレンジ、かに、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、さけ、さば、大豆、鶏肉、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご	症例数が少なく、省令で定めるには今後の調査を必要とするもの。
	ゼラチン	牛肉、豚肉由来であることが多く、これらは特定原材料に準ずるものであるため、既に牛肉、豚肉としての表示が必要であるが、パブリックコメントにおいて「ゼラチン」としての単独の表示を行うことへの要望が多く、専門家からの指摘も多いため、独立の項目を立てることとする。

保育園における園児への安全対策

さゆり保育園
園長
星 英寿



「保育園は、園児たちにとって樂園でなければならぬ。」

このことは、大切なお子さまをお預かりして毎日保育をしている私たちにとって、最も重要な課題の一つであります。

しかし、未就学の乳幼児は、自ら安全な場所を求めたり、危険な場所を避けたりする能力をまだ完全には持ち合わせていません。そのため、大人がしっかりとした対応をしてあげなければこどもは一瞬にして危険にさらされることになるのです。

防犯カメラの設置と 外来者のチェック

保育園の中で、こどもたちが安全を脅かされることには様々な原因が考えられますが、その中の一つとして、人間によるものが挙げられます。例えば、不法侵入者によってこどもたちに危害が与えられることが考えられます。大人ですら侵入者を悪人であるかどうか峻別することは大変難しいことです。こどもを預かっている者にとっては、このような事件が起こることは考えただけでもゾッとします。このような危険を未然に防ぐためには何を成すべきか、我が園でも随分議論をしましたが、完全に防備する方法は見出せませんでした。



■玄関や通用門に
設置された監視カメラ



■園庭に設置された監視カメラ

しかし、何らかの措置をしなければ不安は解消されません。そこで構内に入る人を監視するために、すべての門にカメラを付け、さらに表玄関に設置してあるインターホンにもカメラを備え付けて、園舎に入ってくる人も監視できるようにしました。その監視カメラが



■監視カメラ記録システム

小動物による 糞害等への対策

次に挙げられるものは小鳥などの小動物による害があります。我が園の庭には、3本のサクラと3本のエゴノキ2本のイチヨウ、ケヤキ、ザクロ、モクセイ、モミジ、モチノキ等の他に砂場の上に藤棚があります。

春から夏にかけて、ウグイス、メジロ、シジュウカラ、オナガ、ミソサザイ、スズメなどの小鳥がやって来てこどもたちを楽しませてくれます。しかし、小鳥たちの糞もなかなか軽視することが出来ません。また、これらの樹には毛虫などの害虫が寄生しています。そのため、木の消毒と朝夕の園庭掃除は欠かせません。

特に、砂場には最も気を使っています。犬や猫等の動物による害が深刻になっているためです。犬や猫は、所かまわず糞便をします。特に砂場や鉄棒等の地面は好んで排泄をするようです。しかし、砂場はこどもたちの最も重要な遊び場の一つです。砂を使って色々なものを作りあげることにより、こどもたちは無限の想像力を駆り立てられます。その大切な砂場を汚染する主な

原因が犬・猫の糞便になります。我が園での犬・猫の侵入を防ぐための一つの方法として、ブロック塀を高くするなどの処置を試みましたが、2メートルの高さにしてもツメを立てて登ってしまい防ぐことはできませんでした。しかし、これ以上の高さにするにはご近所さまとの関係や地震災害などを考えると、とても難しくなってしまいます。そこで、我が園では何とか完全にシャットアウトするための方策はないか考えました。

その結果、約850平方メートルの敷地面積を、一部を除いて金網のフェンスに切り替えることにしました。金網のフェンスだと猫も登りにくいのではと考えたからです。そして、残ったブロック塀の上には柵を付け、更に猫が通れそうな隙間を全部封鎖しました。これで犬や猫の侵入を防ぐことができると思っていました。

ところが、この対策でも万全ではなかったのです。毎年、砂場の上にある藤棚にキジバトが巣を作り雛を育てているのですが、この春も例年のように卵を二つ産んで園児たちは雛がかえるのを楽しみにしていました。

ある朝のこと、いつものように出勤すると保育士が「大変ですハトが…」と涙ながらに訴えてきたのです。急いで行って見ると砂場にかけてあるシートの上に、親鳥の羽根と思われるものと卵の殻が散乱していました。これを見て「しまった」と思うと同時にこどもたちの楽しみを一夜にして奪われてしまったことに大変なショックを受けました。

こんな残酷なことをするのは一体何物なのかを調べるため、一晚小雨の降る中、物陰にじっと隠れて見張ることにしました。

その結果、正体は猫だとすぐに分かりました。驚いたことに、ツメが立てられず登れないと思われていたアルミ製の1.6メートルもある門に足をかけて、いとも簡単に

乗り越えてしまいました。あくる日、早速対策を講じました。その対策とは、門の上部に粘着シートを貼る方法です。どうやら猫はこのベタベタとしたシートが苦手らしく、侵入を防ぐことができました。たった一匹の猫のために、更に多くの労力と経費を要することになりました。

更に、最も砂場で気を使っていることは、病原性の細菌やカビです。大腸菌やサルモネラ菌はいないか、カビはないか、時々検査をして基準を超えた菌がいればこれまでは砂を入れ替えて対応していました。現在は業者に砂場管理をして頂き、砂場掃除や抗菌剤を散布して頂いています。もちろん抗菌剤は人に害が無く安全なものであるこ

とは言うまでもありません。

園庭に限らず公園内の砂場等でも散歩中の犬や、飼い猫が糞便をしているのを見かけます。冒頭にも書いたように、小さな子どもたちには自ら危険を避けたり安全を確認することはまだ難しく、それと同様に犬や猫にも糞便する場所の良し悪しの判断を求めるのには無理があります。我が園の保育方針の一つに「動物に優しい気持ちを持つ」というものがありますが、子どもたちの大切な遊び場を汚染する動物は排除しなければなりません。公園、施設等で遊ぶ子どもたちや、飼っている犬や猫が可愛いと思うのなら、飼い主にも、もう少し気を使って欲しいものです。



■張り巡らされた柵と金網



■塞がれた隙間



■シートに覆われた砂場

からだに良い水への取り組み

その他に、近年水道水の水質汚染が大変問題になっています。当園でも、この問題を深刻にとらえ、こどもたちにより良い水を与えるために、アルカリイオン整水器を設置しました。このアルカリイオン整水器はアルカリ水と酸性水2種類の水ができる仕組みになっており、アルカリ水は飲料水や給食に使い、酸性水は肌荒れのひどいこどもに直接肌につけたりして使用しています。

このアルカリイオン整水器を取りつけてから驚くほどの効果が現れました。入園した時はひどいアトピー性皮膚炎だった園児が数ヶ月後には効果があらわれ、卒園する



■大型のアルカリイオン整水器



■小型のアルカリイオン整水器

ときにはきれいに治ってしまうほどです。同じようにアトピー性皮膚炎をもっている保育士も今年4月に勤務してから、すでに症状がよくなっています。また、私自身も寒冷蕁麻疹と頭痛がひどかったのですが、このアルカリイオン整水器を取り入れてからは症状がでなくなりました。

人間の体は、約70%は水でできているといいますが、水が体を与える影響の大きさを改めて感じ、それと同時に水の重要性を再認識しました。

近年、こどもを取り巻く環境は危険にさらされることが多くなりました。

そのため、施設の管理者は、こどもたちに安全で健康的に遊ぶことのできる場を提供するため、細心の注意とたゆまぬ努力が求められ、更に莫大な費用を要します。

しかし、大切なこどもたちのためならば、多くの努力や費用をかけることは、なにも特別なことではなく当たり前のことではないでしょうか。

今後もこどもたちが心身ともに健康で過ごすことができ、保育園が「楽園」になるように、できる限りのことをしていきたいと思っています。



■手洗い場にも浄水器を設置

■執筆者紹介

井上 愛子（こどもの体の変化を考える）

東京都立医療技術短期大学（現 東京都立保健科学大学）専攻科修了後、東京都衛生局に勤務。東京都保健所勤務を経て、2001年より保健師として東京都健康局医療サービス部に勤務。

木邨 あき（園児に対する食事の工夫）

2001年、大手前栄養文化学院専門学校を卒業後、現在栄養士として寝屋川東保育園に勤務。

星 英寿（保育園における園児への安全対策）

法政大学法学部法律科卒業後、1961年参議院事務局に勤務。庶務部文書課文書管理主幹、管理部管理課長、議事部副部長秘書課長事務取扱等を経て、1993年さゆり保育園理事長として勤務、その後、1999年に同保育園園長に就任。

■協力園

東田保育園（福島県いわき市）、さゆり保育園（東京都葛飾区）、寝屋川東保育園（大阪府寝屋川市）〈50音順〉

■「健康教育」あらまし

こどもたちのすこやかな成長を願って新創刊された季刊誌「健康教育」。1956年に創刊以来、今年2002年に創刊47周年を迎えました。これからも、創業者・河合亀太郎の信念を伝え続けてまいります。
読者対象／日本全国の小中学校・幼稚園・保育園の学校長や園長先生を始めとする先生方・保健主事・養護教諭・給食関係者。その他、文部科学省・都道府県教育委員会・団体など。

平素より「健康教育」をご愛読頂きまして、誠にありがとうございます。

編集部では、読者の皆さまにとって役立つ誌面づくりを目指しております。今回147号では、こどもたちに必要不可欠な「発育」・「食育」・「環境衛生」という3つのテーマを中心に掲載させていただきました。皆さまの実践されている健康教育の参考としていただけたら幸いです。

今後、ご覧になりたい内容やテーマ、また各園・学校紹介（例：当園では、「健康教育」の一貫として、このようなことを行っています等）などご意見・ご感想がありましたら是非お聞かせください。皆さまとよりよい「健康教育」を創ってまいりますので、ご協力いただきますようよろしくお願い致します。なお、お問い合わせは以下の連絡先までお願い致します。

お問い合わせ・ご連絡先

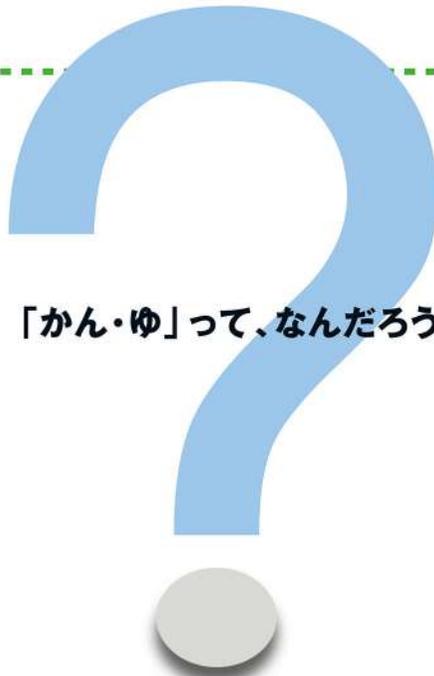
河合薬業株式会社 「健康教育」編集部

〒164-0001 東京都中野区中野6丁目3番5号

TEL：03-3365-1156（代） FAX：03-3365-1180

E-mailアドレス：genkikko@kawai-kanyu.co.jp

ホームページアドレス：http://www.kawai-kanyu.co.jp



「かん・ゆ」って、なんだろう。

それは「元気っ子ビタミン」。



カワイ肝油ドロップC

ビタミンA+D+Cが
入っています。



カワイ肝油ドロップM

ビタミンA+D+カルシウムが
入っています。