

3 歳児の就寝時間と小学校1年時の肥満との関連

1 研究の概要

この研究は、静岡市が実施した3歳の時の「寝る時間」と静岡市立の小学校1年生になった時の「体重」との関連を調べるために行っています。静岡市から「寝る時間」や「体重」などのデータを提供してもらい、大学の研究者がお子さんの生活習慣と健康について調べています。さらに、お母さんの妊娠中の経過やお子さんの出生時の状況等が、その後の肥満と関係しているのかについても調べていきます。

2 データの取り扱いに関して

この研究では、お子さんとお母さんのデータが安全にとりあつかわれるように、以下のような方法で大事に取り扱っています。

(1) 個人情報について

データにはお子さんとお母さんの名前や住所、生まれた日、親子関係など、個人が特定される情報は入っていません。誰のデータかわからないようにしています。

(2) データアクセスの制限

データを見ることができるのは、この研究を行っている先生たちだけです。他の人には見せないように管理しています。

(3) 研究終了後のデータ管理

研究が終わった後は、データを定められた期間安全に保管し、その期間が過ぎたら完全に削除します。

3 研究に参加しないことを選ぶ時の手続き

この研究について質問がある場合や、「自分の寝る時間や体重などの情報は使ってほしくない」と思う場合は、2024年12月21日から2025年2月28日までに、「12 問い合わせ先」へ連絡してください。研究に参加しないことを選んでも、不利益が生じることはありませんので安心してください。なお、データ解析や結果の発表に支障をきたしますので、期日を過ぎたからのご連絡には対応できません。ご了承ください。

4 研究課題名

3歳児の就寝時間と小学校1年時の肥満との関連

5 研究責任者

静岡社会健康医学大学院大学 准教授 田中 仁啓

6 共同研究者

静岡社会健康医学大学院大学 修士課程

兼 静岡市役所 保健福祉長寿局 健康福祉部 健康づくり推進課 林 優子

静岡社会健康医学大学院大学 講師 佐々木 八十子

7 研究の目的・意義

この研究の目的は、静岡市が2015年度に実施した3歳児健診の「寝る時間」と、同じお子さんの2019年度に小学校1年生だったときの「体重」の関連を調査することです。さらに、お母さんの妊娠経過や分娩経過、お子さんの出生状況及

び1歳6か月児健康診査における就寝時間や食習慣が、小学校1年時の肥満に関連しているのかについても調べていきます。静岡市が持っているデータを使って調査します。最近の研究で、小学生のころに太りすぎていると、大人になってからも肥満になりやすく、病気のリスクも高くなることがわかってきました。この研究を通じて、3歳ごろの生活習慣、特に「寝る時間」がお子さんの健康にどんな影響を与えるのかを明らかにしたいと考えています。また、2008年度から2023年度までの静岡市が実施した3歳児健康診査データを用いて、夜遅く寝る時間の割合と、肥満の割合の経年的変化を明らかにしたいと考えています。

この研究で得られた結果をもとに、静岡市役所や学校の先生方、保護者の方々が、子どもの健康を守るために具体的な対策を立てることが期待されています。このようにして、子どもたちが一生健康でいられるようにし、生活習慣病をふせぐための効果的な方法を見つけられるかもしれません。

8 研究の方法

- ・対象者：2015年度に静岡市が実施した3歳児健康診査受診者の内、2019年度に静岡市立の小学校1年生の児童
- ・研究期間：2024年12月21日から2027年3月31日
- ・利用する情報：

【2015年度に静岡市が実施した3歳児健康診査受診者の下記のデータ】

(1) 【お子さんの情報】性別、在胎週数（妊娠の週数）、出生体重、出生身長

【お母さんの情報】母の妊娠経過、分娩経過（出産の過程や状態）、妊娠届出書の飲酒との有無

(2) 静岡市が実施した1歳6か月児健診のデータ

背景情報：健診日年齢、健診日、健診日身長・体重・肥満度

主要項目：起床時間、就寝時間、お昼寝有無

関連項目：食習慣・間食・生活習慣

具体的な質問は、以下の通りです。

- ・朝食を毎日食べますか
- ・主食、野菜、魚などのおかずがそろった食事を1日何回食べていますか
- ・よくかんで食べますか、おやつ回数は決めていますか
- ・甘い菓子・甘い飲み物やスナック菓子が多い(1日2回以上)ですか
- ・テレビ、ビデオなどを見ますか

(3) 静岡市が実施した3歳児健診のデータ

背景情報：健診日年齢、健診日、健診日身長・体重・肥満度

主要項目：起床時間、就寝時間、お昼寝有無

関連項目：食習慣・間食・生活習慣

具体的な質問は、以下の通りです。

- ・夜の睡眠について特別困ることはありますか
- ・朝食を毎日食べますか
- ・よくかんで食べていますか
- ・主食、野菜、魚などのおかずがそろった食事を1日何回食べていますか
- ・間食の回数は決めていますか
- ・甘い菓子・甘い飲み物やスナック菓子が多い(1日2回以上)ですか

(4) 2019年度静岡市立の小学校1年生学校健診のデータ

2012年4月2日～2013年4月1日生まれの児童の身長・体重・肥満度

【2008年度から2023年度に静岡市が実施した3歳児健康診査の下記のデータ】

お子さんたちの寝る時間や体重が年ごとにどのように変わっているかを調べます。そのために、次の情報を使います。

身長、体重、肥満度、性別、起きた時間、寝た時間。

※この研究で使用されるデータは静岡社会健康医学大学院大学の中だけで使われ、他の機関に提供されることはありません。

9 個人情報の取扱い

この研究では静岡市が実施した2015年度の3歳児健診の「寝る時間」と同じお子さんで静岡市立の小学校1年生の「体重」のデータと、「8 研究の方法」の利用する情報を使わせていただきます。また、お母さんがお子さんを妊娠していた時の情報もつかわせていただきます。これらのデータには、お子さんやお母さんの名前や住所、生まれた日、親子関係など、誰の情報かわかるようなものはすべて取り除いてあります。こうすることで、誰の情報かがわからないようにして、お子さんとお母さんのプライバシーが守られるようにしています。安心して研究が進められるよう、データの取り扱いには十分に気をつけています。

10 研究資金について

この研究は静岡社会健康医学大学院大学の研究指導経費を用いて実施します。

11 利益相反について

静岡社会健康医学大学院大学の手続きにしたがって実施しており、開示すべき利益相反はありません。

12 問い合わせ先

(1) 研究者相談窓口

静岡社会健康医学大学院大学 修士課程 林 優子(はやし ゆうこ)

住所:〒420-0881 静岡県静岡市葵区4丁目27番2号

電話番号:054-295-5401

メールアドレス:st-yhayashi@s-sph.ac.jp

(2) 大学の相談窓口

静岡社会健康医学大学院大学教務課研究支援室

住所:〒420-0881 静岡県静岡市葵区4丁目27番2号

電話番号:054-295-5401

メールアドレス:info@s-sph.ac.jp