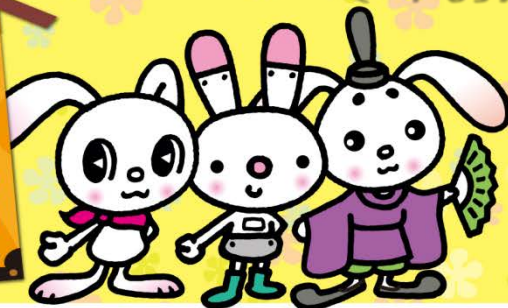


エコちるどすえ かわら版



発行: 京都大学大学院 医学研究科
 エコチル調査 京都ユニットセンター
 住所: 京都市左京区吉田近衛町
 電話: 075-366-7400 (月~金 9:00~17:00)
 メールアドレス: info@ecochil-kyoto.jp
 ホームページ: http://ecochil-kyoto.jp/
 発行日: 2014年1月29日

寒中お見舞い申し上げます。皆様、いかがお過ごしでしょうか？
 本年も引き続き、どうぞよろしくお願いいたします。



スタッフのつぶやき 京都ユニットセンターのスタッフが交代でつぶやきます

京都ユニットセンターで実務担当責任者をしている呉(ごう)です。普段はユニットセンターで仕事をしていますが、毎月、各地区に出かけて行って、育児健康相談やプレママ・プレパパ講座、子育て座談会なども行っています。そういう機会に、参加者の皆様や元気な子どもたちとお会いするのが大変楽しみです。自分の子どもはもうおとなになって遠くに住んでいるので、小さな子どもたちのあどけない反応がとてもかわいらしく、面白く、懐かしく感じられます。子どもが小さかった頃に、もっと思いっきり一緒に遊んでおけばよかったなと思います。若い頃はそういう余裕がなかったんですね。目の前のことに精一杯ですから。子どもはあっという間に大きくなってしまいますので、皆様も大いに子育てを楽しんでください。そして、何か心配なことがあったら、育児健康相談などを利用して相談してください。

私もいつの間にか小児科医になって30年になりました。この間、結構いろんな経験を積んできましたので、子育てや病気のことなど、子どもに関する皆様の様々な質問にもお答えできるかと思えます。そうやって、私も一緒に子どもたちの成長を見守っていきたいと思います。

赤ちゃんは、ただ泣いているだけの存在のようにも見えますが、実は不思議な能力を持っているのです。顔の表情をまねたり、音や音楽、においや味に反応したりするのです。そういう赤ちゃんの能力に注目して、エコチル調査と合わせて研究したいと思っていますので、興味のある方は是非ご協力をお願いいたします。



エコチル調査の進み具合

①全国の様況

15地域のユニットセンター全体での登録数は、2014年1月6日現在92062人です。

②京都ユニットセンターの様況

京都ユニットセンターの妊婦さんの登録目標は約4000人で、現在3563人です(生まれた赤ちゃんは2715人です)。わお!目標まであと400人くらいのご協力が必要です。

③というわけで、お友達にお声がけをお願いします

みなさんのまわりに、木津川市、左京区・北区、長浜市在住の妊婦さんがいらっしゃいましたら、エコチル調査にお誘いください。

登録期間終了にともなう 同意書の提出期限のお知らせ

- ・保健センターや病院での妊婦さんへのお声がけは、**2014年3月末**で終了します。
- ・病院での同意書の受取りは、**2014年5月末日**です。



生後6ヵ月以降の質問票についてのお願い

- ・生後6ヵ月以降の質問票に、**身長・体重**をご記入いただく項目があります。重要な項目となっておりますので、ご記入いただけますようお願いいたします。
- ・なお、ご記入がない場合は、確認のお電話をさせていただきますことがございますのでご協力ください。

質問票に関するQ & A

日頃は、出産準備・仕事・家事・育児等でお忙しい中、質問票へのご回答とご返送、ありがとうございます!皆様から度々お問い合わせいただく内容を紹介させていただきますので、ご参照ください。

Q: 質問票に「エコチルIDラベルを貼付願います」とありますが、IDラベルが見当たりません・・・

A: エコチルIDラベルは、事務局で貼付いたしますので、そのままご返送をお願いいたします。

Q: 返送が遅れているけれど、今から送っても大丈夫?

A: 大歓迎です!遅れた場合でもお待ちしております。

Q: 質問票や返信用封筒を失くしました・・・

A: 再送いたしますので、075-366-7400まで、ご連絡いただきますようお願いいたします。返信用封筒がごありの場合は有効期限が切れていても、そのままご返送ください。配達時に事務局にて郵送料をお支払いいたします。

★その他のお問い合わせは、ホームページの「よくある質問! Q & Aコーナー」をご覧ください。

何かわからないことがある場合は、お気軽に事務局へご連絡ください





協力医療機関登場！

京都山城総合医療センター 辻井久先生



今回は、京都山城総合医療センターの辻井久先生と学研都市病院の渡部基信先生にご登場いただきました。

渡部：先生にはエコチルの開始当初からお世話になっていますが、これまでをふりかえってのご感想をお聞かせください。

辻井：えらく遠大な計画に、最初は「うまくいくかな？」と心配もしましたが、今は将来の人類に有益な知恵を残せる調査になってほしいと大いに期待しています。

渡部：産婦人科から小児科にバトンタッチされますので、私たち小児科医はひき続き真摯に努めていきたいと思えます。ところで、先生は、昔と比べて、小児科を受診する子どもたちが変わったと思われるところはありますか。

辻井：子どもたちは基本的には変わっていないと思います。周りの大人が変わってきているかな。最近のお母さんは、ともすれば力が入りすぎて、育児書とおりになくはと育児を難しくしていると感じる時があります。

渡部：核家族化も一因でしょうか。

辻井：診察の付き添いで来られたおばあちゃんが「私の子育ては古いですから…」と遠慮されているのに出くわすと、おばあちゃんの見解は大事だから、簡単に引き下がらないで、お母さんとコミュニケーションをとってあげてください、と助言しています。

渡部：子どもにとって何が大切なのかを感じながら、たくさんの人と関わりをもっておおらかに子育てをしていただければいいですね。さて、エコチル調査は環境因子のからだへの影響を調べる調査ですが、最近の環境の変化についてはどのようにお感じでしょうか。

辻井：空気、水、食べ物はからだに大きく影響すると考えています。最近特に、PM2.5、環境ホルモン、花粉の飛散、排気ガスなどの影響を危惧しています。また、温暖化、震災、気候変動など、精神に安寧をもたらさない変化が大きいこともとても心配です。

渡部：ニュースを見ていたりすると、心配になることも多いですね。

辻井：エコチル調査は環境因子の体への影響を調べるということで始まったと理解していますが、今回のプロジェクトは第一報ということであり、しっかりしたデータ収集、解析をふまえて、できればさらに第2報、3報と続けて、人間の心理にも関連づけた研究が進めばよいなあと思っています。

渡部：多方面にわたる問題で、すぐに解決できることではないからこそ、私たちは足元を見つめて地域医療に携わっていかねばならないと思います。

辻井：私どもも、京都山城総合医療センターに名称が変わってまだ8ヶ月ですが、数年前から、里帰り先の医療機関として全国から指名していただけるようになり、これからも関係機関と連携をとりながら地域医療のスタート機関として、社会に貢献できるように努めていきます。

そして、個人的には、心の行き届いた診療ができていだろうかと常に自分自身に問いかけながら、患者さんに向き合っていきたいと思えます。

渡部：最後に小児科医としてエコチル調査の今後に期待することを教えてください。

辻井：これからさらに全国で5%の方により詳しい調査をお願いするわけですから、子どもたちの発達、成長に役立つ、何かいいことを明らかにしてくれることを心から期待しています。

エコチル調査の船出は、直後に東日本大震災もあり、たいへんでしたが、今では参加者も目標の10万人に達するところまでできました。理解をして協力して下さるお母さん、お父さんは本当に立派ですね。皆さんの思いに応えるためには、収集したデータを正確に解析し、きちんと評価して、まだまだ不安だらけの東日本をはじめ、全国に少しずつでも報告してほしいと思えます。

また、追跡して調査をさせていただくわけですから、参加者との連絡・交流を大切に、お子さんたちが成人式の時にはエコチル同窓会などを開いたりして、その場で有益な報告をさせていただけるように努力していきたいですね。

日本には優れた技術がありますし、それを生かして世界中の子どもたちが元気に育つような環境のために貢献できたらと思います。

渡部：エコチル調査の当初の研究目的を果たせるように、また、目まぐるしく変わる状況を鑑みながら進めていけたらよいと思います。

本日はお忙しい中、ありがとうございました。

辻井先生（左）、渡部先生（右）、ありがとうございました。世界中の子どもが元気になるといいですね！



「それいけ エコチル・キッズ」

投稿してね

京都コニットセンターのHP「エコチルどすえ」に、「それいけエコチル・キッズ」のコーナーを新設しました。エコチル・ノートに、お子さんのおもしろいエピソードを書かれましたら、それをHPも投稿していただいて、共有させてください。

投稿方法はいたって簡単で、HPにアクセスし黄色いバナーをクリック、「投稿フォーム」がありますので、それをクリックしてテキストを入力、送信してください。

採用させていただいた場合は、心ばかりの小さなプレゼントを差し上げます。

コ・ウサから、黄砂研究のお知らせです：

黄砂研究は、富山と鳥取と京都の3地域全体で5800人、京都からは、1711人の方に参加いただいております。

ありがとうございます。m(_ _)m

引き続き、どうぞよろしく願いいたします。

調査結果は、ピアレビュー（研究者同士で間違いがないか確認しあうこと）が済み次第、ご報告させていただきますね。(^^)/





こんにちは、赤ちゃん



京都ユニットセンターの小西行郎先生(同志社大学赤ちゃん学研究センター)が、子育てに関するあれこれをお話します

“ちょい待ち育児”のススメ

ある企業のサイトで、お母さんたちにちょっとした問題を出し、いくつかの選択肢から正解と思われるものを選んでもらうという企画をしました。

私からの質問は、生後3ヶ月の赤ちゃんはどうやって関わるか...というものでした。

選択肢は4つ、

- ① 毎日、時間を決めて話しかける
 - ② もう少し言葉がわかるようになるまで遊ぶ必要ない
 - ③ 赤ちゃんの声が聞こえたら、声をかけかえす
 - ④ 気づいたときに積極的に話しかける
- さて、皆さんはどれを選びますか？



これには200名近くのお母さんたちが回答を寄せてくれましたが、その回答を見て驚きました。

87%のお母さんたちが④を選んでいたので、実は私としては③を推奨したいのですが、そう答えてくれたのは11%...と、予想はしていたものの、これほどの差になるとは思っていませんでしたので、少なからずショックでもありました。

少子化のせいなのでしょう、あるいは核家族化のせいなのでしょう。とにかく一生懸命に赤ちゃんに向き合っている...その様子がひしひしと伝わってくるのですが、昔のように「育児のちょっとしたコツ」や「手抜き」を伝え聞くこともないまま、マニュアルどおりにこなそうとするお母さんたちが多いような気がして、ちょっと心配です。

赤ちゃんは自ら動き、探索し、学習して発達します。育つのは赤ちゃんですし、周囲から学んで発達するのは赤ちゃん自身。ですから、もっと自由に遊ばせてやってください。何かを言おうとする前に声かけをしたり、物をあげることは、決していいことではないのです。赤ちゃんの行動を見守り、ちょっと様子を観察してから対応したらどうでしょう。

赤ちゃんの行動が先にあり、それにきちんと答えてあげるからこそ、赤ちゃんは自らの要求や意図がお母さんに伝わり、お母さんがそれに応えてくれる人だと理解し、愛着や信頼を感じるようになるのです。

お母さんたちも、赤ちゃんの発見する姿をジャマせずに見守るうちに、昨日できなかったことが今日できる赤ちゃんに気づき、その成長を楽しむことができますよ。

つつい手や口が出てしまいがちな育児...でも、ひと呼吸待ってみる、そんな“ちょい待ち育児”をお薦めします！

参加者さん登場



木津川のマーメイドさんがご意見お寄せくださいました

ーエコチルに参加した動機や感想をお聞かせ下さい

マーメイド：13年間という長期で、この膨大な記録が将来の子どもたちの何かに役立ってくれたらいいなあと、最初は軽い気持ちで参加しました。でも、マタニティの時から始まり、約2年間、生活習慣や環境に対しての意識が変化してきました。化学物質で溢れている現代、何が身体に害が無く、また、害がある物は何か、目に見えないものだからこそ、研究であきらかになり、少しでも安心して暮らせるようになってほしいと思います。自分の子どももそのデータの一つとなり、未来の子どもたちのためになればと思います、参加しています。

ー参加してよかったなと思うことはありますか？

マーメイド：アンケート調査だけでなく、エコチル・カフェの開催でスタッフの方と顔見知りになれたり、同じくらいの歳の子どもの持つ親御さんとも親しくなれたり、エコチル調査を通じていろんな人とのつながりを持てることもうれしいことの一つです。

環境物質などに興味をもってくださって何よりです。長いお付き合いになりますますが、よろしく願います



マーメイドさん
紅ちゃん 太郎くん

京都ユニットセンターのお誕生カードの誕生秘話

京都ユニットセンターでは、登録して下さった方の赤ちゃんが誕生したとき、お祝いをしたいね！ということで、お誕生カードをお贈りすることになりました。2011年当時 コーディネータとして勤務していた方々と相談し、市販のカードじゃつまらないし、京都ユニットのオリジナルで、手作り感あふれるものがよいのでは、ということになりました。

インターネットで調べると「ひまじんのやかたーポップアップカード・しかけ絵本の世界」というホームページで、かわいい飛び出すカードが紹介されており、ひまじんさんから型紙をいただきました。コーディネータの石宇さんがキャラクターを京都ユニットセンターのうさぎでデザインし、制作会社のディレクターさんをお願いして、型紙を作成してもらいました。カードを開くと、「何か」が飛び出すしかけになっています。

型紙をコーディネータさんたちが、切って貼って組み立てて、メッセージカードも貼りつけて、喜んでいただけるかしら、赤ちゃんが無事に生まれてきてほしいな...など、願いを込めつつ、手作りしています。

立案して下さった石宇さん(お元氣かなあ)、素敵なアイデアと型紙をくださったひまじんさん、「何か」がうまく飛び出すように多大な苦勞をして下さったディレクターさんに感謝！です。

ひまじんさんのHPは以下です。開くと美しい建物が立ち上がるカードなど、素敵な作品が多数紹介されています。<http://homepage2.nifty.com/shibatan/>
(佐藤)



コーディネーターどすえ

コーディネーターは、妊婦さんにエコチル調査に参加していただくために、保健センターや病院で、エコチル調査の説明をしています。今回は、京都地区のコーディネーターのご紹介です。



うちの子には食物アレルギーがありまして、何かアレルギーのことも分かれば、うれしいな〜と日々お手伝いさせていただいています。参加くださっている皆様・協力くださっている関係者の方々には、感謝の気持ちでいっぱいです。「ありがとうございます」皆が健康的に暮らせる環境、よりよい未来を夢見てがんばります。

(岩崎)

私自身の子育てはもう終わってしまいましたが、保健センターや病院で赤ちゃんにお会いすると、小さな体なのにその大きな存在感にいつも圧倒されて本当に幸せな気持ちになります。そんな大切な赤ちゃんたちの未来に少しでもエコチル調査がお役に立てますようお願いしています。今後とも末永いお付き合いをよろしく願っています。

(今井)

身体は重いけど、薬も飲めないけど、靴下履くのも大変だけど、宝物を大事に抱えている妊婦さん。眠いけど、しんどいけど、休日返上で家族のために奮闘するお母さん。病院(足立・森担当)でお見かけた時や電話でお話する時はいつも心の中で頑張れ！とエールを送っています。2014年、素敵な年でありますように☆

(上野)

私は保健センターで妊婦さんに調査の説明をさせていただいています。幸せオーラ満開の妊婦さんやそのご家族とお話をさせていただくたびに、「お腹の赤ちゃん、どうぞどうぞ元気に産まれてきてね」と願わずにはいられません。

(奥田)



皆さんが保健センターで出会ったコーディネーターはいるかしら？

お引っ越し等、住所や電話番号の変更はありませんか？

そろそろ引っ越しシーズンがやってきます。お願いばかりで恐縮ですが、引っ越しなどで住所が変更になった場合は、お手持ちの「登録内容変更届」をご記載いただき、質問票等と一緒にご返送いただくか、TEL:075-366-7400、あるいはinfo@ecochil-kyoto.jpまでご連絡お願いいたします。

エコチル調査の参加者の皆さんは、これからお子たちの園や学校でもエコチル参加仲間に出会えるはず。互いに、なにか参加していることで得られた糧を話題にしたり交換したりしながら、良き子育て仲間の輪を広げていってほしいですね。子供は社会の宝。皆で子どもたちの成長を応援していきましょう。

(勝部)

主にユニットセンターに勤務しています。4人の子どものうち末っ子がまだ大学生なので、32年間子育て中です。悩みも多いですが、楽しみも長く続いています。エコチルの子ども達は孫世代。一緒に楽しみたいと思います。

(小西)



長男を出産した時出口の見えないトンネルに入ったような気がしたのは24年前、いつの間にか3人の子どもは親の手を離れました。自分の子育てを振り返りながら、我が子世代の妊婦さんにお会いし、お話できる短い時間を大切にしています。お会いしたすべての妊婦さんのお元気なご出産と、赤ちゃんの健やかな成長を祈らずにはいられません。

(原山)

3人の子の母です。一番上の子が今年で20歳になります。子どもの成長はあっという間で、一番下の子については「そんなに早く大きくならないで！まだまだ楽しませて！」と心から思います。幸い皆様の妊婦さんにお会いし、エコチル調査を通して、次の世代のために貢献できることの喜びを感じています。

(行田)

主にオフィスでお問い合わせにお答えしたり、薬剤インタビューを担当しております。電話で直接皆さんとお話させていただくことがとても励みになり、日々、「皆さんのご協力があるからこそ、成り立っている調査だな〜」と実感しています！お腹の中にいるときからお誕生後も、陰ながらエコチルキッズの成長に関わらせていただいていることに感謝です。

(杉山)

編集後記

「えこちるどすえ かわら版Vol.3」を最後までお読みいただき、ありがとうございました！いかがでしたでしょうか？ スタッフのあんな思いやこんな思いが皆様に少しでも伝わったら嬉しいです。次号がいつ発行されるのかは「お・楽・し・み♪」ですが、「創刊号とVol.2をまだ目にしたことがない！読みたい！」という皆様は、ホームページの「パブリシティ」(<http://www.ecochil-kyoto.jp/publicity.htm>)をクリックしてください。PDFでご覧いただけます。ぱっち編集員