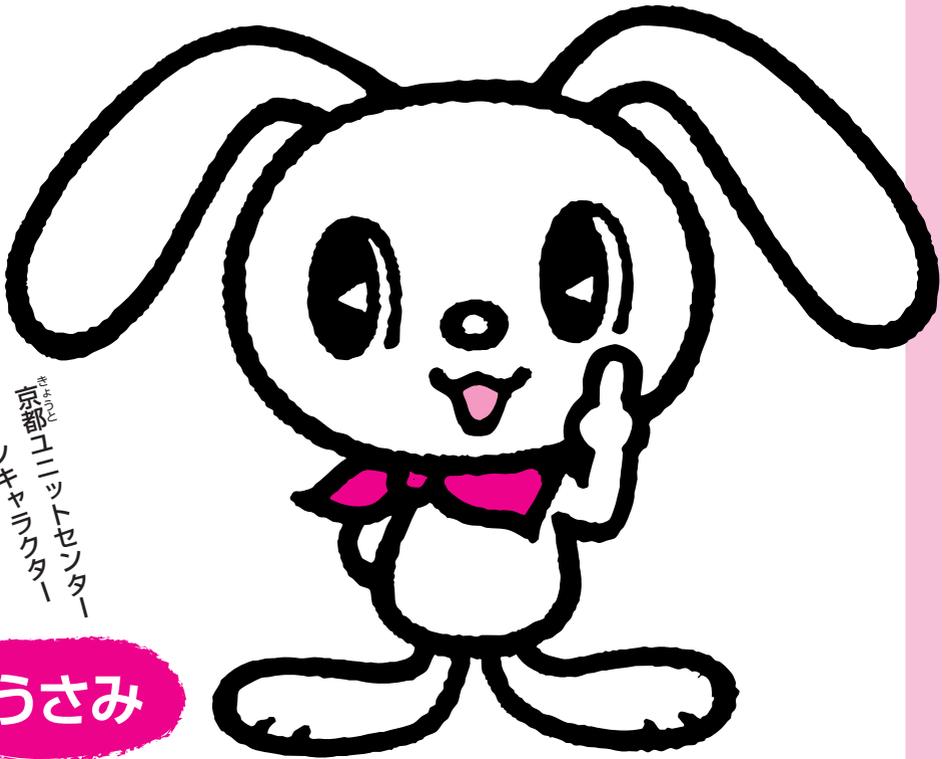


京都

エコチルどすえ かわら版キッズ

ありがとう2023年

エコチル調査京都ユニットセンターと京都・長浜・木津川の
エコチルキッズのみなさんをつなぐニュースレターです。



京都ユニットセンター
メインキャラクター

うさみ

好物: ラーメン ■ 趣味: 本をよむこと・料理

エコチルキッズのみなさん、こんにちは。

エコチル調査に協力してくれて、いつもありがとう！エコチル調査では、乳歯の分析もしています。乳歯を調べると、お母さんのおなかの中にいる時から生まれた後およそ1年間に、化学物質をいつどれだけ取り込んだかが分かるんだよ。みんなの中には、抜けた乳歯をエコチル調査に提供してくれたキッズもいるね。ありがとう！

では、第1問は、歯のクイズだよ。



だれの歯かな？ 結んでみよう



食べ物の種類や食べ方によって、動物の歯のカタチは異なります。

肉食動物：全ての歯が肉を切り裂いたり骨を噛み砕いたりするのに適し、鋭くとがっています。ネコは肉食動物です。

草食動物：草をすり潰しやすくする平らな歯を持っています。ウシは草食動物です。

雑食動物：とがった歯（犬歯）、平らな歯（臼歯）の両方を持っています。クマは雑食動物です。

答えは①ページにあるよ。

ちなみに、人間は雑食動物。お肉も野菜も食べるようにできているんだね。人の犬歯は進化の過程で退化・縮小してきたと考えられているそうだよ。



ぼく(うさぎ)の歯は、一生伸び続けるんだ！1週間に約2mm伸びるんだけど、噛んで擦り減るから、だいたいいつも同じ長さになるんだ



では、続いて第2問！



みんなは、国立環境研究所のホームページ (<https://www.nies.go.jp/jecs/index.html>) のサイエンスひろばで公開されている動画を観たことがあるかな？ 次の質問は、その動画からの出題だよ。

同じ物質でも、薬にも毒にもなる。この違いはどこから来てるの？

1. 偶然(たまたま)
2. 量の違い
3. 気候



↑サイエンスひろば「動画で学ぼう！」はこちら

A 2

答えは2番。「量の違い」だよ。

スイスのお医者さんパラケルススは「薬か毒か決めるのは、量」とっているよ。

たとえば、熱冷ましのお薬である「解熱剤」。解熱剤を服用すると、からだが楽になるけれど、何倍も使用すると体温が低くなりすぎたり、肝臓という臓器に障害が出ることもあるんだ。

なんと、毎日みんなが飲むお水だってそう。水分をとらないと、人間は死んでしまうね。でも、極端にとりすぎても「水中毒」という病気になってしまうことがあるんだ。

地球上で最強の毒素と言われているのは、ボツリヌス菌という細菌が持つ毒。1グラム（1円玉1枚の重さ）あれば100万人の命を奪うこともあるよ。なんと、息ができなくなる猛毒なんだよ。

その一方で、ボツリヌス菌が持つ毒はお薬や美容にもつかわれているんだ。ごくわずかの量を筋肉に注射すると、その筋肉が伸びて、運動しやすくなったり、しわがなくなる効果があるんだって。こんなふうに、同じ物質でも、量の違いで薬にも毒にもなるんだね。

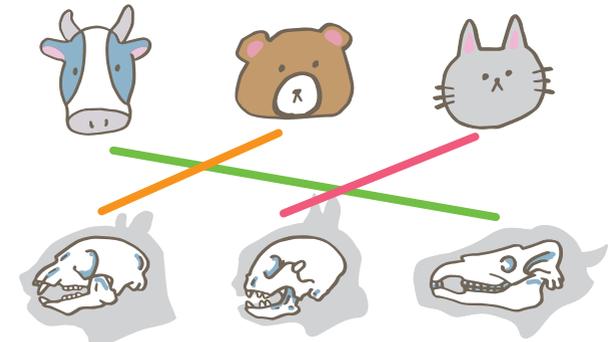
一見、何の影響もないように見える身の回りの化学物質も、ひょっとして、量が多すぎたり少なすぎたりすると、子どもの成長や発達に影響があるのかもしれない……万が一、影響があるとしたら、どれくらいの量からなんだろう……逆に、みんなが暮らしている中での量ではやっぱり影響がないことがわかったら、みんな安心して暮らせるよね。エコチル調査は、みんなの乳歯や質問票の回答から、そんなことも調べているよ。10万人いるきみたちが調査に参加してくれることで、みんなが安心して健康に暮らせる大きな手助けになっているんだよ。



紹介した動画を観るとくわしいことがわかるので、是非観てみてね!

A 1

2ページQ1の 答えだよ。



つづいて第3問。

Q 3



京都ユニットセンターが独自に行っている調査（追加調査）からの問題です。木津川地区のエコチルキッズや保護者の方など、たくさんの方々にご協力いただいたおかげで、「睡眠」に関してたいへん興味深いことがみえてきたよ。またみんなに報告するね!では、睡眠クイズ!

キッズのみんなの成長に欠かせない「睡眠」。エコチルキッズが自分で起きた日は、何曜日が多かったでしょう?

1. 月曜日と火曜日
2. 水曜日、木曜日、金曜日
3. 土曜日と日曜日



↑ 昨年のかわら版キッズはここからも見られるよ

A³

正解は3番！ 土日のほうが多かったんだ。

木津川地区で小学2年生のエコチルキッズ146人を調べたところ、毎日自分で起きていた子は30人だけだったんだ。そして、曜日ごとのちがいをみると、平日はどの曜日も約60人が、学校がない土日は約100人が自分で起きたんだ。自然に目が覚めるまで、たっぷり必要なだけ眠ることができる土日は、自分で起きることができた。そう考えると、子どもたちは平日まだ眠たいのに、学校があるから起こされるのではないかと、と渡部ハカセは分析されたんだよ。みんな、平日がんばって起きて学校に行っているんだね。

夜、寝ている間に、脳はとても重要な働きをし、また成長ホルモンの分泌によってからだの細胞の再生や成長を促すので、睡眠時間をしっかりとすることは大切だよ。たくさん眠ると、日常の出来事や、勉強して覚えたことが脳の中で整理される。また、脳の老廃物という、からだに必要ななくなったものが、眠っている間にお掃除されるんだって。勉強にもスポーツにも、睡眠が大切！睡眠はいいことづくしなんだね。エコチルキッズのみんなは、睡眠が足りている気がするかしらないか、どうだろう？

寝る時間、起きる時間、食事の時間は毎日同じ時刻にして、朝日をしっかりと浴びて、朝ごはんをしっかりと食べると、よい睡眠がとれるんだ。また、夜寝る前にテレビやスマホなどの強い光をあびないこともおすすめするよ。



寝る子は育つ、だね！

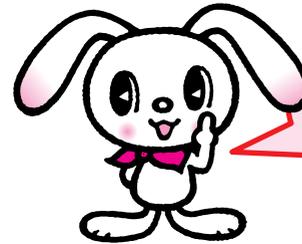
最後は、正解のないクイズ！

Q⁴

エコチル調査は13歳以降も続くことになったんだけど、みんなはもう知っているかな？これまでみんなが調査に協力してくれたおかげで、化学物質による赤ちゃんや子どもたちへの影響が少しずつわかってきたんだよ。調査に参加してくれて、本当にありがとうね。でも、みんなが大きくなって、思春期や青年期に差し掛かったときの健康への影響については、まだわからないことがたくさんあるんだ。だから、みんながこれからも調査に参加してくれたら、よりいっそう、人類の健康に大いに役立つ知識が得られることが期待されているんだ。

そこで、キッズのみんな、エコチル調査がこれから先何十年も続いているために、「〇〇があったらいい」「〇〇したらいい」「〇〇してほしい！」などなど、アイデアを考えてくれるかな？いいアイデアを思いついたら、応募用紙でぜひ教えてね。

●おもしろ回答も大募集！



やっぱ、プレゼントでしょ！
サインボールがほしい！

ユニットセンターで
お仕事体験がしたい！



えんぴつプレゼントキャンペーン!

④のアイデアを思いついたら、ホームページからも応募ができるよ。
応募してくれた人にはもれなくえんぴつをプレゼント!
応募用紙にアイデアを書いて、写真にとって投稿フォームで教えてね。

応募はこちらから



それゆけ
エコチルキッズ

<https://ecochil-kyoto.jp/ecochilkids/>

えんぴつが送れるように、応募用紙または投稿フォームに「名前と連絡先」をわすれずに書いておいてね。

右のポスターを見つけてくれた人にもえんぴつをプレゼントしているよ。みんなの住んでいる町のどこかにはあってあるかも!?
返信用封筒に入れて、郵送で応募することもできるので、くわしくは、応募用紙をよく読んでね。



質問票返送キャンペーン

エコチル調査は、みなさんの質問票の返送によって支えられています。京都ユニットセンターでは、対象の質問票を返送してくれた方に感謝をこめて、プレゼントをお送りしています。

9さい

消せる色鉛筆

オリジナル5色セット

対象 9歳質問票1冊

えんぴつ
鉛筆用の消しゴムで消せるよ。



10さい

シャープペン&
エコノート

対象 10歳質問票1冊



11さい

国産ひのき間伐材の
エコおはし

対象 11歳質問票1冊



12さい

多機能ペン

対象 12歳質問票1冊



10歳からは、みなさん自身に答えてもらう「子どもアンケート」があるよ。一緒に返送してね。

エコチル調査は13歳になったあとも続きます!

7ページのクイズQ4でもお伝えしたように、
エコチル調査は13歳以降も調査が続くことになったよ。
13歳以降の調査方法では、次の3点が大きく変わります。

1 紙→ウェブ質問票へ!

質問票がタブレットやスマートフォンなどに配信されるようになるよ。郵便で届く紙の質問票は、12歳までだよ。

2 専用アプリを使うよ!

調査に関するお知らせや、質問票回答の案内を、タブレットやスマートフォンでつかえるアプリの通知でお知らせするよ。パソコンで答えてもらうこともできるよ。

3 謝礼がポイント制に!

質問に答えてくれたら、キッズのみんなもポイントがもらえるよ。ポイントは電子マネーに交換できるよ。6年生には6月頃にくわしい説明書を送っているから、読んでみてね。5年生までのみんなには、6年生になったら説明書が届くよ!楽しみに待っていてね。

エコチルペーパークラフトの
あそびかた

ウラ面のつくりかたをよく読んで、龍のペーパークラフトをつくってみよう!お正月のかざりとして、おうちにかざってみてね。



今回のエコチルペーパークラフトは2024年の干支「龍」だよ!
かわいらしい龍だけど、ハサミでのキリトリはちょっとむずかしいかも。
おうちのひとや、おともだちと協力して、完成させてね!



● キッズコラム ●

どうしてコロナに気をつけるのが 当たり前になったんだろう？



やました めぐみ
山下 恵

きょうと だいがく だいがく いたん い がくけんきゅうが
京都大学大学院医学研究科

けんこう い がくけんこう
社会健康医学系専攻

けんこういんほうぶん
健康情報学分野・大学院生／薬剤師



エコチルキッズのみなさん、こんにちは。

エコチル調査京都ユニットセンターで調査を担当している山下です。

突然ですが、みなさんは「コロナに気をつけるのが当たり前」になっていませんか？

コロナが流行してから、幼稚園や保育園、学校がお休みになったり、お友達と遊ぶことができなくなったり、楽しみにしていた行事やお出かけができなくなってしまったりと、残念に感じた人も多かったかもしれません。

でも、いつの間にか慣れていたり、出かけるときにはマスクをしたりするのが当たり前になっていませんか？

私が行った調査でも「どうしてマスクをしているの？」と聞くと、「コロナにならないように」や「話すときにつばとかが飛ばないように」と答えてくれた人がいました。

でも、それってどうしてでしょう？

実は、お父さん・お母さんに、「なぜおうちにいなければいけないのか」「なぜマスクをしなければいけないのか」といった理由を教えてもらったり、「マスクをしてね」、「外から帰ったらうがい・手洗いをしてね」と言ってもらったりすることで、それが当たり前になっていった可能性がります。また、みなさんの中にはコロナにかからないか、かかったときにひどくならないか心配になった人もいたかもしれませんが、お父さん・お母さんから「大丈夫だよ」などと言ってもらい、心配が減っていった可能性があることがわかりました。

お父さん・お母さんと話すことで、「コロナに気をつけるのが当たり前」になっていったのかもしれないね。

エコチル調査では、ユニットセンター独自の調査（追加調査）が認められています。私は京都・長浜で、エコチルキッズとその保護者のみなさんにインタビューをさせてもらい、そのおかげでたくさんことがわかってきました。また少しずつしょうかいしていきたいと思っています。お楽しみに！

今回の追加調査について：

調査した時期：2022年7月～11月

調査の方法：インタビュー

調査の対象となった方：小学2年生（当時）とその保護者のみなさま

調査に参加してくれた方：36組の親子のみなさま

インターネットをつかったオンラインでの1時間程度のインタビューにこたえてもらったよ。京都ユニットセンターに来て、直接こたえてくれた人もいたよ。インタビューに参加してくれたみんな、どうもありがとう！一緒に参加して下さった保護者の方、また調査参加をご検討くださったすべてのみなさまに感謝申し上げます。本当にありがとうございました。



エコチルどすえ かわら版キッズ

京都

最後まで読んでくれてありがとう!

待ちに待った冬休みだね。
いっしょにお届けしたクイズやメッセージの応募企画や、ペーパークラフトも楽しんでね。
今年も1年間、ありがとうございました。
来年はとってもカッコいい、龍年だね!
龍のように寒さに負けない元気な日々を過ごしてね。
2024年もエコチル調査をよろしくおねがいします。

京都ユニットセンター
オリジナルキャラクター

うさP



好物: ニンジン
趣味: 水泳
身長: 99cm
年齢: データなし



環境省エコチル調査

京都ユニットセンター

<http://ecochil-kyoto.jp>

令和5年12月20日発行



エコチル調査京都ユニットセンター

〒606-8507 京都市左京区聖護院川原町53 分子生物実験研究棟117号室

Tel: 075-366-7400 ☎️ 0120-858508 (平日 9:00~17:00)

mail: info@ecochil-kyoto.jp