

2025

Vol. 28

KYOTO

REGIONAL CENTER

.KYOTO

.NAGAHAMA

.KIZUGAWA

エコチル調査京都ユニットセンターと参加者のみなさまをつなぐ会報誌

エコチルどすえ かわら版

✿ クロスワードに挑戦! ✿

~自分で考えて調べるって、楽しいね~



このかわら版に
答えが多くあるから
探してみてね

- タテとヨコのカギを参考に、カタカナで回答してみね。
- 二重ワクの文字を並べ替えると、あるキーワードが出てくるよ。裏表紙の応募はがきに、答えを書いて送ってね。
- 応募してくれた方にはちょっとしたプレゼントがあるかも？

◀ クロスワードの答えは
次号のかわら版にて! ▶

ヨコのカギ

- ①日本で一番大きな湖は?
- ⑤エコチル調査京都ユニットセンターは3地区(京都・木津川・〇〇〇〇)で調査を開始しました
- ⑥PFASは「永遠の〇〇〇〇〇〇」と呼ばれています(ヒントはP4~5)
- ⑧骨を作る栄養素。乳製品に多く含まれるよ
- ⑩小学4年生のとき、抜けたら送ってくれた人もいるね(裏表紙をチェック!)

タテのカギ

- ②COVID-19は新型〇〇〇ウイルス感染症
- ③iPS細胞を作ること的成功してノーベル賞をとった〇〇〇〇教授
- ④溶ける前に食べちゃおう!夏に食べるのが楽しみな、甘くて冷たいデザート
- ⑦紙やWebで回答してくれてありがとう!(ヒントはP2~3)
- ⑨京都ユニットセンターのメインキャラクターの名前



Web質問票、 どうしてる？

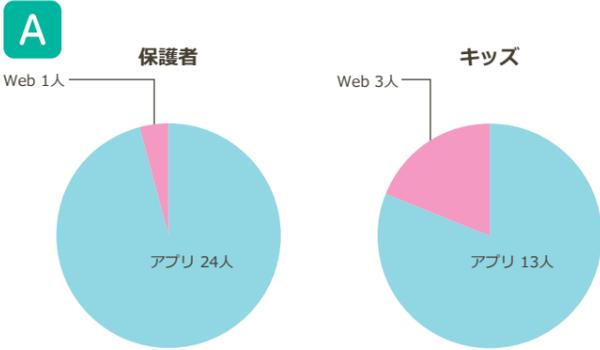
中学生以上を対象にしたWeb質問票が始まって1年が経ちました。この1年間、回答していただいたエコチルキッズや

保護者の方々に、Web質問票にどんな風に取り組まれているのかをアンケートでお聞きしてみました。その結果やみなさまの声をご紹介しますとともに、お困りごとの解消につながるかもしれないお役立ち情報もお伝えします。
最後になりましたが、お忙しい中アンケートにご協力いただいたみなさま、ありがとうございました！

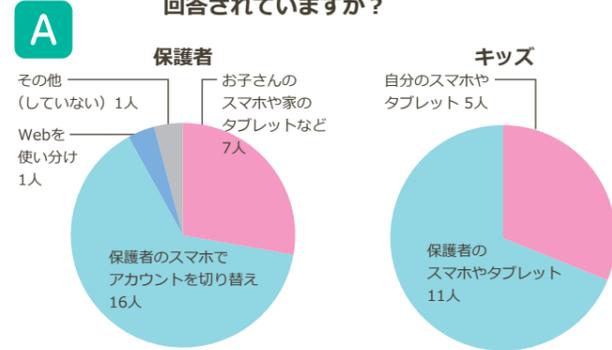
アンケート結果

2025年4～5月／回答方法：Web（匿名）／回答人数：キッズ16人、保護者25人

Q Web質問票にはアプリとWebページ (https://www.jecs.nies.go.jp/)、どちらで答えていますか？



Q キッズ: Web質問票には何を使って答えていますか？
保護者: お子さんは、Web質問票には何を使用して回答されていますか？



やはり、キッズは保護者のスマホで回答されているケースが多いようです。そうすると、大変なのが、キッズと保護者のアカウントの切り替えですね。



そこで、 お困りごと解消の お役立ち情報です！

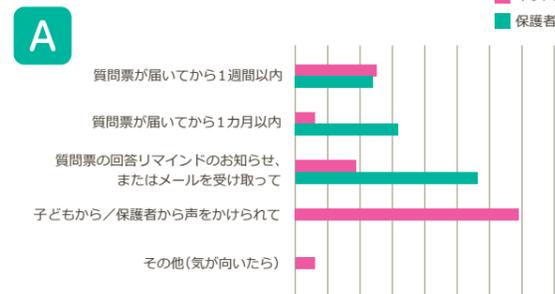
- ★保護者の端末を使う場合、保護者はアプリ、お子さんはWebページ（その逆でもOK）と、回答する方法を分けると、アカウントを切り替えずに済みます！
- ★Webページはショートカット機能を使って、ホーム画面にアイコンを追加しておくと、すぐにアクセスができて便利です。京都UCのホームページでアイコンの追加方法をご紹介します。「13歳以降調査Q&A」をご覧ください。

Webページへは、
こちらからGo!



★「ログイン状態を保持する」にチェックを入れたり、端末の生体認証機能を使っていたりすると、毎回IDとパスワードを入力せずに済みます。

Q Web質問票に回答するタイミングはいつですか？
(複数回答可)



通勤や通学時間ではなく、「気づいたときに」「時間をとって」(保護者)、「夜、家にいるとき」「休みの日」(キッズ)に回答されている方が多かったです。

「見たらすぐ！
できないときはメールを
未読にしておいて
忘れないようにする」
(kokoさん=保護者)

「気づかず、
つい忘れがちになります」
(ニシバさん=保護者)

「質問票が来ているのを
確認できたらすぐに回答してしまう」
(みおさん=キッズ)

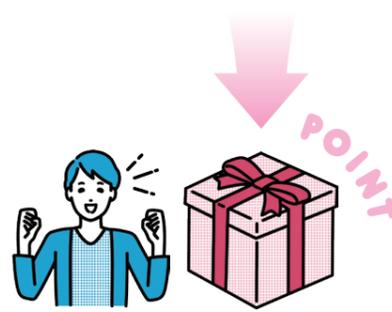
なるほど！ ちょっとした工夫ですね！



さて、 ここで、二つ目の お役立ち情報です！

質問票の配信日は、4月、6月、9月、12月、3月のそれぞれ1日です(2025年度)。また、キッズにはお誕生日にも届きます。
年度初めの4月と、3の倍数の月、そんな風に覚えておくのもいいかもしれません。

Web質問票では、回答するごとに、 ポイントがGETできます！

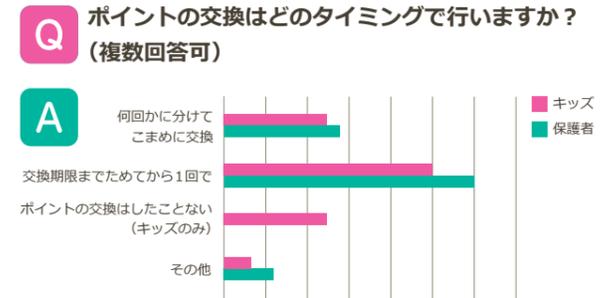


「ポイントが選択出来て
使いやすくて良いと思います。
子どもも喜んでやっています
(継続動機にはなっています)」
(参加者さん=保護者)

「回答するだけでいろいろポイントに
かえられるし、質問も分かりやすく
スラスラ答えられるので、
とてもいい制度だと思います！」
(タートさん=キッズ)

**ご注意
ください！**

★ポイントには交換期限があります！ 交換期限はアプリやWebページで確認できますので、期限内の交換をお願いします。
★「家族ポイント」がわかりにくいというお声をよくいただきます。「家族ポイント」とは保護者とキッズそれぞれの「本人ポイント」の合計です。交換できるポイントは「本人ポイント」に表示されている数字になります。



「交換期限までためてから1回で」という方が多かったです。また、「その他」では、親に任せていたり(キッズ)、まだ交換したことがない(保護者)という方もいらっしゃいました。

見逃していませんか？

アプリやWebのホーム画面では、「お知らせ」と「Web質問票」は3つずつしか表示されません。「お知らせをすべて見る」や「Web 質問一覧へ」をタップして、見逃しや回答漏れがないか、ご確認をお願いします。

みなさまから寄せられたお問い合わせなどを元に、「13歳以降調査Q&A」を作りました。
こちらをご覧ください！



これからも Web質問票のご回答を、どうぞよろしくお願いいたします！

Web質問票回答キャンペーン、始まります！

京都ユニットセンターだけで特別に実施してきた「質問票返送キャンペーン」、今度は「Web 質問票回答キャンペーン」が始まります！
中学1年生の1年間、Web質問票に回答してくれたキッズ全員に、感謝を込めて国産ヒノキの間伐材を使った

「スマホ&タブレットスタンド」
をプレゼント！



プレゼントのお届け時期

- 現在中学2年生で、すでにご回答済みの方へ
今年の夏ごろにお届け予定です。楽しみにお待ちください！
- 現在中学1年生の方へ
2026年3月31日までの間に、Web質問票に回答してくれたキッズに、2026年4月以降にお送りします。ぜひ回答してくださいね！

エコチル京都の
オリジナルロゴ入り
ペンなども収納できます！



“永遠の化学物質” PFASを知っていますか？

私たちの身近な製品にも使われているPFAS。その一部は健康への影響が指摘されていますが、「PFAS」とは一体どんな物質で、どんな点が問題なのか。

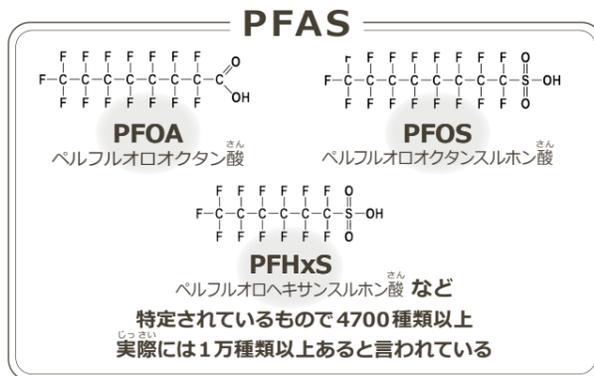
エコチル調査でも健康への影響を調べているPFASについてまとめました。

(この記事はエコチル調査千葉ユニットセンターが発行したニュースレターを基に作成しました)

Q そもそも、PFAS(ピーファス)って何？

「PFAS」とは、主に炭素とフッ素からできている「有機フッ素化合物」の総称です。その中の代表的な物質として「PFOA(ピーフォア)」や「PFOS(ピーフォス)」があります。

便利な性質をたくさんもっていることから、さまざまな生活用品や工業製品に使われています。



生活用品

衣類、カーペットなど
防水加工、撥水加工された製品

調理器具
こびりつきにくい
フライパンなど

食品の包装
ファストフード、ポップコーンや
ピザなどの容器・包み紙など

化粧品
水や汗に強いファンデーション
マスカラ、アイライナー、リップなど

PFASの便利な特徴

- 水も油もはじく
撥水(はっすい)性、撥油(はつゆ)性
- 熱や薬品に強い
- 光を吸収しない
- 電気を通しにくい
- くっつきにくい

工業製品

泡消火剤
消防機関や、軍事基地、
空港、石油化学工場など

半導体の反射防止剤
研磨剤
金属メッキ処理
塗料
インク
など

PFASは炭素とフッ素が強く結合しているため独特の性質をもっています。(炭素の数など構造によって性質に違いがあります)

PFASの環境によくない特徴

とても便利なPFASですが、環境によくない特徴もあります。

自然の中で
分解されにくい

PFASは自然環境に非常に長くとどまり続けるため、「永遠の化学物質 (Forever Chemicals)」と呼ばれています。

体内に
蓄積しやすい

人間の体内に入った PFOA、PFOS、PFHxS などは、体の外に排泄されにくいので、少しずつ体の中に蓄積していきます。

| | 人間の体内に入ったPFASが排泄されて半分の量になるまでの時間 |
|-------|---------------------------------|
| PFOA | 平均3年 |
| PFOS | 平均6年 |
| PFHxS | 平均11年 |
| PFBS | 約1か月半 |

出典:食品安全委員会「評価書 有機フッ素化合物(PFAS)」2024年(PFOA, PFOS, PFHxS) PFASガイドブック-学術資料2023年(PFBS)

Q PFASはどうやって体に入るの？

工業製品や生活用品の製造工程、消火剤などで使用・廃棄されたPFASは、土壌、地下水、川に流れていき、飲料水、魚類や、肉、卵、乳、野菜などに入ります。

PFASは分解されにくい環境の中に残っていますが、製造や使用が制限・禁止されたPFASは減少傾向にあります。

国内の調査では、飲料水として使用される井戸水や水道水で、暫定目標値を超えるPFASが検出された地域があります。その地域の住民はPFAS血中濃度が高い人が多いという報告があり、飲料水のPFASを除去するような対策が取られるようになってきました。PFAS汚染が高い地域では、川や湖の淡水魚で高濃度のPFASが検出されることがあります。



生活用品からは、防水スプレーや衣類などから出たホコリ・繊維を吸い込んだり、食品と一緒に口に入れることによって、体の中に入ります。

フライパンは、以前はフッ素コート剤の製造過程でPFOAが使われていましたが、現在はフッ素樹脂にPFOAやPFOSは使われていません。

通常の調理方法で使うのであれば、調理した食品にPFASが入ることはなく問題はないと言われています。もしコーティングがはがれて口の中に入っても、そのまま体から出ていきます。ただし、空焚きなど異常に加熱すると、熱でコーティングが分解され、有害な煙が発生します。



Q 体内に入るPFOAやPFOSを減らす方法は？

体内に入ったPFOAやPFOSはゆっくりと排泄されていきます。できるだけ取り込まないようにすることで、体内のPFOAやPFOSを少しずつ減らすことができます。

身の回りの製品には、現在はPFOAやPFOSは使われていないので、**特段心配することはない**と言われています。

普通に暮らしていたら
特段心配することはない
そうだよ

※個人ができること

食品

汚染の高い地域でとれた魚や、肉(特に内臓)、野菜を習慣的に食べないようにする

水

浄水器で、ある程度は減らすことができる
使い続けると性能が落ちるので、交換期限がきたら取り替える

エコチル調査ではPFASの健康への影響を調べています

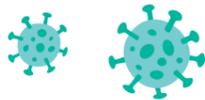
エコチル調査では妊婦さんの血液中のPFASの濃度を測定し、子どもの健康との関係について研究を進めています。これまでに公表された論文では、PFASの血中濃度が高いことと、川崎病、ぜん息との関連は見られなかったことを報告しています。

*1 Iwata ほか Environment International (2024)
*2 Atagi ほか Environmental Research (2024)

環境省のエコチル調査ホームページ
「成果発表一覧」のページはこちら
<https://www.env.go.jp/chemi/ceh/results/publications.html>



COVID-19が子どもたちに与えた影響は？



藤本 萌美 (ふじもと めぐみ)

京都大学大学院医学研究科人間健康科学系専攻 大学院生
大阪成蹊大学看護学部公衆衛生看護学領域 助教



はじめまして。大学院生の藤本萌美です。京都・長浜地区を対象とした追加調査「COVID-19流行下の生活習慣の変化が子どもの身体へ与える長期的影響」にご協力をいただき、ありがとうございました。

私は大学を卒業後、行政保健師として保健所で働いていました。当時は、母子保健や感染症、難病に関する業務を担当していました。赤ちゃんから高齢者まで、健康な方から病気をもちながら生活する方まで、幅広く、住民の方々の健康を支援できるのが保健師の魅力です。

現在は、京都大学で大学院生として学びつつ、未来の保健師を育てるべく、大阪成蹊大学看護学部で公衆衛生看護学領域の助教をしています。

2020年1月に日本国内で初めての新型コロナウイルス感染者の確認がされ、3月から一斉休校がはじまり、生活が一変したことはみなさんも記憶に新しいと思います。

当時私は、京都府庁の母子保健担当課や保健所で保健師として働いており、小さなお子さんのいるご家庭にお電話をすることや、感染のあった保育園や学校の先生方とお話することが多々ありました。感染対策として、自宅待機や消毒をお願いする一方で、本来であれば、おもいっきり体を動かし、友達と遊んだり、歌ったり様々な経験を積み重ねていく大事な時期に、この制限された生活が、子どもたちにどんな影響を与えるのだろうか、と不安も抱えていました。

行政も医療機関も試行錯誤を重ねながら、当時、考えられる限りの最善の対応を尽くしていたと思います。しかし、それらの対応が本当に正解であったのか、振り返ることが重要です。

新型コロナウイルスの子どもたちへの影響を調べると、アメリカやヨーロッパ、アジアの世界各国で、子どもたちの肥満の増加が報告されています。外出制限やロックダウンなどによって、身体活動量の減少だけでなく、睡眠の質や食習慣の変化などの報告もあります。日本でも、文部科学省が発表している2022年度学校保健統計調査によると、肥満の割合が、新型コロナウイルス流行以前最

大であった2006年度の結果を2022年度は小学生では男女ともに上回る結果となっています。また、京都大学大学院医学研究科の佐藤豪竜助教(当時)らの研究グループが行った研究では、乳幼児の発達について5歳時点で平均4.39か月の遅れがみられました。これらの報告は、新型コロナウイルス流行中や流行直後のものであり、制限が解除され、数年たった現在までの影響を検討しているものはまだまだ少ない現状です。

今後新しい感染症が流行した場合に備え、感染対策と子どもたちの健やかな成長・発達を両立するために、新型コロナウイルスの流行が与えた環境や生活の変化がもたらした影響を調査し、よりよい感染症対策の方法を検討していきたいと考えています。



※1 COVID-19: 2019年に発生し、世界的流行(パンデミック)を起こした新型コロナウイルス感染症。

※2 引用文献: Sato, K., Fukai, T., Fujisawa, K. K., Nakamuro, M. Association Between the COVID-19 Pandemic and Early Childhood Development. JAMA Pediatrics. 2023 July 10.

エコチルキッズからの質問、募集しています！
エコチルドクターKから届いたメッセージを紹介するね。



エコチルキッズのみんな、こんにちは。エコチルドクターKです。

京都ユニットセンターでは、みんなからの質問を大募集しているよ。

そろそろ成長期に入ってきて、自分の体の変化に戸惑うことがあるかもしれないね。不思議だなと思うことも、あるかもしれない。ひょっとしたら、生まれる前から参加している、このエコチル調査について、知りたいと思うことも

出てきているかもしれないね。

質問・疑問・不思議に思うことがあったら、ぜひ、教えてくれないかな。いままでも「ピーナツアレルギーはなおりませんか」(かわら版26号)とか「エコチルに送った歯などはどういう風に研究するのか知りたいです」(かわら版27号)といった質問にお答えしてきたよ。

ご質問は、
それゆけエコチルキッズの
投稿フォームからどうぞ。



または、下のはがきを切り取って、うら面に書いて送ってなくてもOK! みんなからの質問、待ってます!

※回答はそれゆけエコチルキッズ、もしくはかわら版に掲載します。質問の内容によってはお答えするのが難しい場合がありますので、ご了承ください。

HPでお待ちしています!

エコチル調査京都ユニットセンターのHP、エコチルどすえ@京都 (https://ecochil-kyoto.jp/) では、調査に関する情報をお知らせしています。ニュースレター「エコチルどすえかわら版」に載せきれなかった話題も更新しています。みなさまのお越しをお待ちしています!

エコチルどすえかわら版の
バックナンバーは
こちらから!



変更はありませんか?

住所や電話番号などが変更になりましたら、下記の通りご対応をお願いいたします。

●お子さんが小学生の場合

「登録内容変更届」にご記入いただき、質問票などと一緒にご返送ください。

●中学生の場合

参加者ポータルアプリのマイページから、保護者、お子さんそれぞれで変更をお願いいたします。

※または、京都・長浜地区の方は ☎0120-858508、木津川地区の方は TEL:0774-51-1343 までご連絡いただくか、お隣のはがきで送っていただいてもOKです。

住所の変更がある場合は有、
また、掲載の可否もどちらかを
○で囲んでください



エコチルキッズが複数の場合、
それぞれのお名前・ペンネームを
お書きください



郵便はがき

キトリせん

606-8790

料金受取人払郵便

左京局
承認
8041

差出有効期間
令和8年
1月31日まで
(切手不要)

京都市左京区吉田近衛町
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
広報担当 行



| | |
|-------------------|-------------------------------|
| フリガナ 保護者の方のお名前 | |
| ご住所(変更 有・無) | |
| フリガナ お子さんのお名前 | |
| ペンネーム | メッセージやイラストのHPや広報誌への掲載 可・不可 |

書き終わったら、同封の個人情報保護シールを上から貼ってください

要予約 発達・健康相談のお知らせ

京都ユニットセンターに登録されているエコチル調査参加者の方を対象に、小児科医が無料で個別にご相談を承ります。

お子さんの健康や発達に関して心配なこと、気がかりなことがありましたら、お気軽にご相談ください。

※薬や診断書は出ませんので、ご了承ください。

※事前予約制です。お電話またはHPからお申し込みください。

※お申し込みから1~2週間で調整いたします。

相談方法: **対面** (会場:京都大学) **WEB・電話**

担当:八角 高裕

開催日時:水曜日15時30分以降

お問合せ

京都・長浜地区: ☎️ 0120-858508 (平日 9:00-17:00)

木津川地区: 0774-51-1343 (平日10:00-17:00)

全国版 コールセンター ※フリーダイヤル・年中無休

エコチル調査コールセンター

☎️ 0120-53-5252 9:00-22:00

調査についてのお問い合わせや、育児相談を承っています。看護師、保健師、栄養士など実務経験豊かなスタッフが親身になって対応いたします。

エコチル調査子どもコールセンター

☎️ 0120-278-328 平日 9:00-16:45 土日祝 10:00-16:45

エコチル調査にご参加のお子さんに直接ご利用いただける窓口です。

小学4年生対象 乳歯調査



今まで、たくさんの方々よりお子さんの貴重な乳歯をご提供いただきましたこと、改めて感謝申し上げます。ご提供いただきました乳歯は、未来の子どもたちのための研究に、大切に使用させていただきます。

まだ乳歯をご提供いただけていない方へ、最後のお願いです!

乳歯調査は、2025年9月末まで乳歯のご提供を受付しております。保管されているお子さんの乳歯が、1本でもございましたら、お手元にある「乳歯回収キット」にて、至急ご提供くださいますようお願い申し上げます。多くのお子さんの乳歯のご提供を、心よりお待ちしております。



乳歯回収キットを紛失した、乳歯調査について聞きたいことがあるなど、お困り事がございましたら、**京都ユニットセンター乳歯調査専用ダイヤル 080-7012-5834 (SMSでもOK) までご連絡ください。**

質問票返送キャンペーン

京都ユニットセンターオリジナル企画として、対象の質問票をご提出くださった方に、感謝をこめてプレゼントをお贈りしています。12歳のキャンペーンでは質問票をお届けするすべての方が対象で、プレゼントは質問票に同封しています!

11歳 オリジナルお箸

11歳質問票1冊

12歳 オリジナル多機能ペン

12歳のみんなに!



クロスワードの答え

表紙のクロスワードは解けたかな?

だい ぼ しゅう
大 募 集 !

二重ワクの文字を並べ替えたカタカナ5文字の答えを書いて送ってね。残りのスペースには、エコチル調査へのメッセージやイラストなど、自由に書いてね! (令和8年1月31日締切)

お送りいただいた方にはお礼のプレゼントを次号のかわら版と一緒に送ります!

おうちの方へ

点線ではがきを切り取って、おもて面にお名前などをご記入いただき、上から同封の個人情報保護シールを貼ってお送りください。イラストやメッセージは、HPやかかわら版に、ペンネームまたは匿名で掲載します。

※ほかの方が著作権を持っているキャラクターが描かれたイラストについては、HPやかかわら版での掲載ができません。また、お送りいただいた作品はお返しできませんのでご了承ください。

Eco & Child Kyoto 環境省エコチル調査
京都ユニットセンター

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
〒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 HP: https://ecochil-kyoto.jp/



クロスワードの答え



| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
|--|--|--|--|--|

✿ イラストやメッセージをどうぞ ✿