

第7回 レベルアップ研修会

第7回レベルアップ研修会が、平成30年8月20日に、作新学院大学作新清原ホールにて181名の参加で開催されました。

講演1 「こどもの体格の諸問題～低身長、肥満、痩せ～」

講師 那須赤十字病院小児科部長 市川 剛 先生



- ・成長障害と成長曲線について
- ・受診を勧める時、どんなふうに保護者に話をするのがいいのか。どんな検査をするのか。
- ・低身長の疑いがある場合、実際にはどこの医療機関で診てもらうのか。
- ・やせは問題であるという意識を持ち、正しい食育を行うことが重要。
- ・小児肥満と寿命。こどもの肥満は大人の肥満のもと。肥満は治療より予防が重要。
- ・Adiposity rebound (AR) とは。
- ・3歳健診での肥満予防の取組について

Take home message～こどもは、親や社会から学び、成長していくので正しい食育が重要である。



参加した
先生方の感想

- ・成長曲線による受診の目安等、具体的に教えていただけて良かった。
- ・医療機関への受診を勧めるタイミングや勧め方について知ることができた。
- ・受診の大切さを再確認するとともに、学校でもできるだけサポートしていきたいと感じた。

講演2 「ヒトは寝て食べて出して活動する昼行性の動物」

講師 東京ベイ・浦安市医療センターCEO 神山 潤 先生



- ・ヒトは寝て食べて出して、初めて脳と身体の働きが充実する昼行性の動物。
- ・寝不足は万病のもと。
- ・子供の眠りは大人の眠りを写す鏡。子供の眠りを大切にするにはまずあなた（教師）自身が眠りを大切にする事！



参加した
先生方の感想

- ・睡眠の重要性について改めて考える機会となった。
- ・睡眠指導について、材料集めをしていたので、とても勉強になった。
- ・メディアリテラシーについても触れていただき、情報の見方も意識していきたい。
- ・情報に振り回されないことが大切だと思った。



<全体としての感想>

- ・養護教諭としての専門的な話が聞けてとても勉強になった。
- ・参加して良かった。次回も参加したい。