

# 学校健診のすすめ

「元気だったら子どもは健診を受けなくてもええん？」  
 「いや、健診は突然死や大人になった時の病気を防ぐために受けんといかんのよ！」  
 今回は特に子どもの健康を守るために欠かせない2つの検査についてご紹介します。

受診しよーわい  
学校健診

## 1 心電図検査

### 小学4年生 推奨の理由とは？



●安心して学校生活を  
送るために

— 学校管理下での  
死亡原因第一位が「突然死」—

心電図検査を実施することで、小児期に発症する心疾患の早期発見と適切な対応が可能となり、突然死の予防や生活の質の向上が期待されます。

1995年より、学校心臓病検診において心電図検査が義務化され、愛媛県内では、いち早く12誘導心電図を導入し、子どもたちの健康管理に大いに役立っています。

### 発見できる病気

●不整脈・先天性心疾患・心肥大・  
伝導障害・突然死につながる重篤な心疾患の兆候等

## ●NEXTステップの学校健診

— なぜ今、小4での検査が注目されているのか？ —

### 現行の学校保健安全法

義務 小学4年生、中学1年生、高校1年生に義務付

小学校6年間の成長過程において、後天性の心疾患の発症リスクが高まる時期に心電図検査が行われないことに対する不安の声があります。

日本小児循環器学会では、小学4年生での心電図検査の実施を強く推奨しています。この時期に検査を行うことで、心疾患の早期発見が可能となり適切な治療や管理が行いやすくなり、突然死の予防や健康管理の向上にも寄与するものと思われれます。

左の表の調査では、小学4年生で異常のあった37名は小学1年生の検査の時には異常はありませんでした。もし小学4年生で検査を実施していなかったら、中学1年生まで異常が見つからなかったことになるため、中間学年での検査は重要です。

小学1・4年生、中学1年生時に当協会にて検査を行った1644名を対象として2016・2019・2022年の経時的検査結果を調査

2016(小学1年)		2019(小学4年)		2022(中学1年)	
異常なし	1608	異常なし	1571	異常なし	1541
		要2次検査	37	要2次検査	30
				異常なし	27
				要2次検査	10
要2次検査	36	異常なし	21	異常なし	17
		要2次検査	15	要2次検査	4
				異常なし	7
				要2次検査	8

## ●先進的な愛媛県のデジタル化への取り組み

愛媛県では、学校心臓病検診のデジタル化(DX)を進め、検査の効率化やデータの二元管理により、検査精度の向上とより質の高い検診の提供を目指しています。これらの取り組みは、小学4年生での心電図検査の導入とも合わせて、全国的な実施のモデルケースとなり、県外の地域でも導入が期待されています。

公益財団法人 愛媛県総合保健協会  
愛媛大学 小児循環器医

学校心臓病検診のデジタル化  
Digital Transformation(DX)

## ●すでに多くの市町にて小学4年生での検査を実施!

県内では、小学4年生での実施がスタンダードになりつつあります。  
小学校での2回の検査によって、成長期の心臓に潜むリスクをいち早く察知することに繋がります。



### 小学4年生での心電図検査を推奨します

愛媛大学医学部 小児循環器グループ 榎垣高史教授  
当協会学校心臓検診精度管理委員会委員長

小児循環器分野のエキスパートであり、愛媛県の学校健診に大きく貢献。その活動は県内に留まらず、国内さらにはモンゴルなど海外の子どもたちの命を救っている。2012年にモンゴル政府より「北極星勲章」を受賞。



## 2 小児生活習慣病予防健診

生活習慣病は大人の病気?

「コレステロールが多い」、「血圧が高い」、「太りすぎ」などの子供が増加中です。

生活習慣病は、毎日の食事や運動および睡眠の偏りに伴い、「心疾患」「脳血管疾患」かんなどにいたるこわい病気です。以前は大人の病気と考えられてきましたが小児期の肥満と関与していることが分かってきました。子どもの場合は親の生活習慣が反映されやすいため、親子で一緒に生活習慣を見直すことが重要となります。

### ●生活習慣病のリスクが高まるNG習慣

まずは自分自身の生活習慣を知ることから始まります。左の表を参考にできることから改善していくことが大切です。

肥満の算出方法  
 $(\text{実測体重} - \text{標準体重}) / \text{標準体重} \times 100(\%)$   
 (注) ※ 肥満は肥満度が+20%以上、かつ有意に体脂肪が増加した状態を示します。

特に肥満は動脈硬化につながる病気になりやすいので要注意!



肥満児童に多い生活習慣	改善のアドバイス
朝食を抜く	三食、規則正しく食べる
食べ物の好き嫌いが多い	バランスよく何でも食べる
一人で食事をすることが多い	家族そろって楽しく食べる
運動不足	天気の良い日は外で遊ぶ 家のお手伝いをする
睡眠	スマホやゲームの時間は保護者と相談する 寝る前に少しぬるめのお風呂にゆっくり入る 部屋を暗くして早めに寝る

### ●静かに進む子どもの生活習慣病

— LDLコレステロールが語る「見えない異常」—

今年度より、動脈硬化症の詳しい検査としてLDLコレステロール(以下LDL)が学校健診に追加されることになりました。  
いわゆる「悪玉コレステロール」を測定することは、将来の動脈硬化等のリスクを早期に見つけるうえで重要とされています。特に注目されているのが「家族性高コレステロール血症(FH)」という遺伝性の病気で、LDL値が高い子どもを見つけたことで、親や兄弟の病気の早期発見にもつながるといわれています。

つまり、LDLコレステロールの検査は、子どもの未来の健康を守るだけでなく、家族の健康を守るきっかけにもなります。

### ●すでに多くの市町にてLDL検査を実施!



「子どもの健診結果を見て家族で一緒に生活習慣を見直すことができたらええね」

