

# 学童尿中塩分調査を

## 実施して



北病院外来看護師

八 鈿 小百合

近年生活スタイルの変化に伴い、生活習慣病患者が増えています。

その中でも食生活習慣は欧米化しており、高カロリーな上、塩分も過剰に摂取しがちです。また、便利な機械が増えたこと、子どもも手軽にゲーム機を携帯することで、いつでもゲームが出来ることから運動不足になり、生活習慣病のリスクが高まっています。

そこで当院では、近隣の学童に協力頂き、尿中塩分調査、食生活

アンケート・生活習慣を行なっています。

尿中塩分調査を実施し、学童ごとだけでなく個人個人で尿中塩分値の差の大きさを実感しました。

今年度で言えば、理想である10g/dl\*以下の児童が45名中16名と全体の1/3を示しました。しかし15g/dl以上の児童は18名と1/3以上あり、更に20g/dl以上の児が3名あり、生活習慣予防の意味でも今後の生活を見直す必要があると考えます。

### データ表

全学童平均値		12.8g/dl*
学童別平均値	S学童	8.9g/dl (4~15g/dl)
	第2D学童	16.5g/dl (9~26g/dl)
	第5D学童	13.1g/dl (6~19g/dl)
前年度全学童平均値		13.9g/dl

\*g/dl：100ml中に含まれる塩分量