

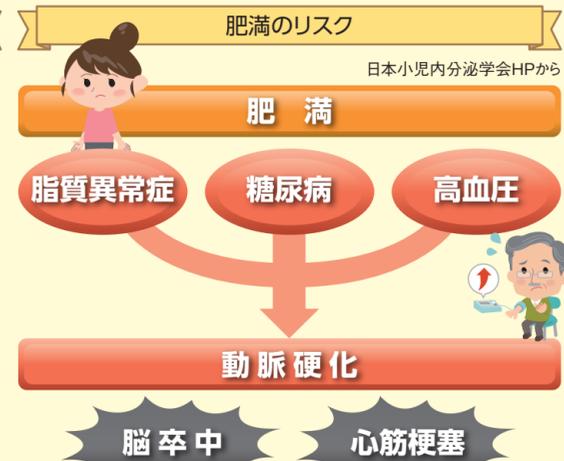
「子どもの肥満」はなぜいけないの？

子どもの肥満は大人の肥満につながる！



日本小児内分泌学会HPから

- 肥満につながる要素
- 運動量の低下
 - 食生活の変容
 - ・食事の欧米化
 - ・偏食、過食、個食、孤食
 - ・食事形態の多様化
 - ・咀嚼力の低下等
 - 睡眠不足
 - 携帯情報端末の利用時間の増加
 - ・スマートフォン、ゲーム機、PC、タブレット等



日本小児内分泌学会HPから

よりよい“生活習慣と親子関係”が子どもの健康を支えています



学校における肥満対応の進め方

