



測って・知って・学ぶ

おやこ ほけんしつ

一般社団法人ラブテリ

身長

体重

ヘモグロビン



こどもの健やかな成長を支えたい

母子の健康課題

こどもの健康課題

- ・ くる病（ビタミンD欠乏症）の増加
 - ・ 児童の骨折率の増加
 - ・ 発達障害児の増加
 - ・ 親世代と比較した体力の低下
 - ・ 10代男子の平均身長連続低下
- ※20～50代が170cm超に対して、平均が160cm台
- ・ 離乳期貧血と思春期貧血

WHY?

格差拡大やコロナにより状況が悪化するも、母子の人口減・予防にける予算などの問題でソーシャルサポートが不足。

母子の健康課題

母親の健康課題

- ・ 高齢出産による負担
- ・ 産後うつ / 自殺
- ・ 貧血
- ・ 痩せ体型が多い



大切なのは気づきの機会の提供

測って・知って・学ぶことでリスクを回避

∴ 現状 ∴

健康診断を受けていても、
初経や勉強・学力に影響する
体組成・貧血検査がない。

※自治体により異なる。



∴ 現状 ∴

主婦だから健診に行く
機会がない

※健康診断を受けていても
貧血項目は義務ではないため
検査項目にない会社は4割



ラブテリで提供可能な測定プログラム

- ・プロフェッショナル体組成計※9才から
- ・ヘモグロビン測定※生後6ヶ月から
- ・身長 / 体重 / 握力 / 骨密度測定※親対象



大切なのは専門家のサポート

最新の研究から健康・成長に関することをサポート

管理栄養士

貧血で引っかかっても、
離乳期から児童の食事まで
アドバイスします。

サポートの内容

- ・親御さんを対象にした個別カウンセリング
 - ・親御さんを対象にした集団セミナー
- ※教員対象も可。



医学博士

運動の専門家として、
成長と運動の両立を
サポートします。

サポートの内容

- ・骨を強くする運動などについてのアドバイス
 - ・初経と成長に関するアドバイス
- ※プログラムでの提供 / 集団セミナー

参加者満足度
99%



おやこ保健室プログラムの紹介

“測って・知って・学ぶ”がコンセプト

測る

身長・体重



測る

ヘモグロビン（貧血）測定 ※採血なし



知る
学ぶ

セミナー or カウンセリング ※資料のみ場合も

ラブレリ所属の専門家

- ・小児科医 ・産婦人科医 ・精神科医
- ・管理栄養士 ・薬剤師 ・保健師
- ・看護師 ・医学博士（スポーツ）
- ・助産師
- ・小児専門作業療法士（発達相談）



こどもの貧血チェックの重要性

成長期は、生涯でもっとも栄養を必要とする時期です

成長を支えるのは豊かな血液。鉄は離乳期と思春期に欠乏するリスクが高まり、乳幼児は脳の発達に影響します。

女の子は9才、男の子は11才で著しく身長が伸びる成長スパートを迎えます。また、女の子は平均10～14才で初経を迎えることにより、男女どちらも血液が不足しがちになり、鉄の枯渇が起こりやすくなります。朝起きられない、集中できない、意欲的になれない、疲れやすい、動体視力や持久力の低下といったさまざまなマイナスの影響が生じます。



思春期貧血

生後6ヶ月を過ぎると、妊娠中に母親からもらった鉄が枯渇し、同時に母乳中の鉄分も減少することから生後7～1才前後に鉄欠乏性貧血リスクが高まります。米国（日本では沖縄県）では1才と2才で血液検査があり、鉄欠乏が見過ごされると脳の中樞神経の発達が阻害され、運動量力・認知能力・精神活動（落ち着きや社会面の発達）が遅延することがわかっています。



離乳期貧血

非侵襲（採血なし）の貧血チェック



動脈酸素飽和度*



脈拍数*



灌流指標



トータルヘモグロビン濃度



メトヘモグロビン濃度**



カルボキシヘモグロビン濃度**



脈波変動指標**

* Masimo SET® 技術には、SpO₂とPRが含まれます
** Rad-67では、オプションでPVi、SpMet、SpCOをご利用いただけます
※メーカー推奨：SpHbは10kg以上の小児

ヘモグロビン測定つき
パルスオキシメーター

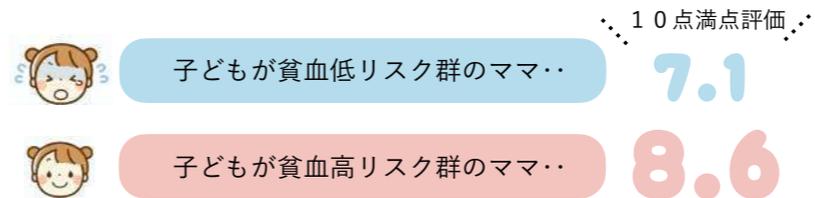
米マシモ社 Rad-67

体重3,000g～、0才から測定可能。指先クリップで酸素濃度やヘモグロビンを測れる（非侵襲型）
※実際には2才未満の測定の難易度が高く、就寝中などに利用。



こどもの貧血の実態調査及び共同研究

子どもの貧血が ママの幸福度に影響



貧血リスクの高い子どもは少食で体力がない傾向に ⇒ ママの悩みに

2歳～5歳の子どもの貧血の割合

約4割

成長期の子どもは貧血になりやすい…

ヘモグロビン測定をした2～5歳の子どもの約4割が貧血の疑いがあるという結果になりました。貧血高リスク群の子どもは親が「体力がない/ふつう」と感じている割合が多く、食事の量が少ない傾向にありました。子どもは生後6～9ヶ月を境に母体からもらった鉄が枯渇し、母乳中の鉄分も減少することから、**離乳期貧血**になりやすくなります。そのまま鉄不足の状態が続くと中枢神経の発達に遅延が生じてしまう可能性があります。

※n=106

年齢	貧血の割合
2歳	11.1%
3歳	37.8%
4歳	33.3%
5歳	53.8%
2～5歳合計	38.5%

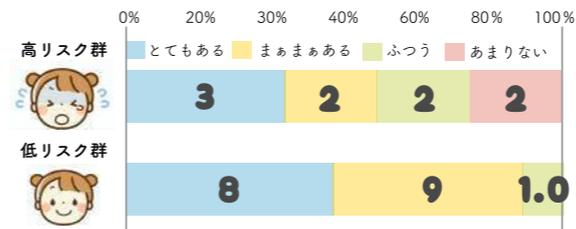
表3. 貧血を診断するためのヘモグロビン並びにヘマトクリットのカットオフ値 (WHO/UNICEF/UNU, 1997)
Stoltzius RJ, Dreyfuss ML. Guideline for the use of iron supplements to prevent and treat iron deficiency anemia. International Nutritional Anemia Consultative Group (INACG)

年齢・性別	ヘモグロビン (g/dl)	ヘマトクリット (Hct) (%)
6カ月～4歳	11.0	33
5～11歳小児	11.5	34
12～13歳小児	12.0	36
非妊産女性	12.0	36
妊産女性	11.0	33
男性	13.0	39



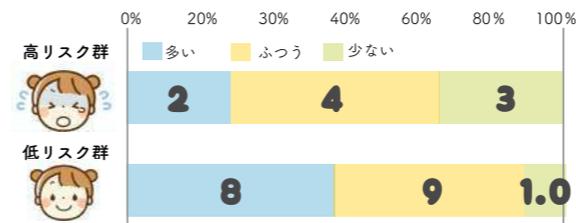
貧血の子どもは体力がないと親が感じている…

子どもの体力と貧血リスク



貧血の子どもは少食な傾向にある…

子どもの貧血と食事量



⇒ 0才～13才までのこどもを対象に貧血の実際調査及び、
聖路加国際とともに「こども貧血共同研究」を実施しています。

ラブテリ トーキョー&ニューヨークの紹介

日本栄養士会
“84セレクション”受賞

育児雑誌が選ぶ
“ペアレンティング・アワード”
2018受賞・2020ノミネート

13種の医療・健康の専門家が所属する母子健康推進のための非営利団体

女子栄養大学・聖路加国際大学はじめ、共同研究・学会発表実績多数。NHK・日経ほかメディア掲載200媒体以上。

∴ 13万部 ∴



予防医療・栄養コンサルタント
細川モモ

10代で両親が末期ガンになったことを機に予防医療の道を志す。妊娠中の環境が生涯の疾病リスクになることを知り、09年に母子健康向上のための非営利団体「ラブテリ トーキョー&ニューヨーク」を発足。日経BPメディカルヘルスラボ「ヘルシーマザリングPJ」アドバイザー/文京区「ハッピーベビーPJ」座長/厚生労働省×経済産業省「データヘルス見本市」にて“健康づくりのプロ”として登壇。
著書「成功する子は食べ物が9割」（主婦の友社）
「タニタとつくる美人の習慣」（講談社）他多数

一般社団法人Luvtelli（ラブテリ/名称ラブテリ トーキョー&ニューヨーク）は、2009年の春に、農林水産省や文京区の委員も務める予防医療・栄養コンサルタントの細川モモの呼びかけにより発足した、母子健康向上を目的とした非営利団体です。13種の医療専門家・博士が所属し、妊娠前の女性・妊娠中の女性・産後のお母さんと子どものサポートを通じて母子健康向上に取り組んでいます。

聖路加国際大学との「こども貧血共同研究」、女子栄養大学との「妊婦栄養共同研究」他、複数の大学や企業と共同研究を実施し、学会・論文発表を行っています。また、日本人のヘルスリテラシー向上のため、“測って・知って・学ぶ”をコンセプトにした保健室を全国で展開。2014年に三菱地所とスタートした「まるのうち保健室」が話題となり、働く女性の健康状態をまとめたレポート「働き女子1,000名白書」を発表。NHK「クローズアップ現代」「ニュースウォッチ9」他、200を超える媒体に掲載されました。

医療機器メーカーである米マシモ社との協働により、0才からヘモグロビンを測れる最新機器でこどもの貧血の実態調査と啓発活動を行っています。

日経BPメディカル・ヘルスラボと「働き女子ウェルネスプログラム」を共同開発。生理用品No.1ブランド「ソフィ」（ユニ・チャーム株式会社）の生理管理アプリを開発・監修するなど、企業クライアント多数。