

# 宮城県小児肥満対策

## マニュアル2021

の動画ができました！



宮城県小児科医会では、みやぎの子どもたちの肥満を予防・改善するために「宮城県小児肥満対策マニュアル2021」を発行しました。このマニュアルを元に、子どもたちの肥満と生活習慣を改善するためのポイントをわかりやすく解説した動画を6本作成しました。

YouTubeで自由にご視聴いただけますので、お子様と一緒にぜひご覧ください！

### 1 子どもの肥満について

嘉山 益子（かやま小児科医院 院長）

<https://youtu.be/vvKV3zQio8w>



### 2 子どもの肥満の現状と基礎知識

虻川 大樹（宮城県立こども病院 副院長）

<https://youtu.be/nooWohQXYwg>



### 3 幼稚園・保育所や小・中学校での対応

鈴木 大（東北大学病院小児科 助教）

<https://youtu.be/1Hnsadp0k2E>



### 4 食事

武田 美由紀（森川小児科アレルギー科クリニック 管理栄養士）

<https://youtu.be/06b27f69E6g>



### 5 運動

岡崎 勸造（東北学院大学教養学部人間科学科 准教授）

<https://youtu.be/0ahY1VCs6Gc>



### 6 生活習慣

西井 亜紀（JR 仙台病院小児科 部長）

<https://youtu.be/Y0tXaJUWzw>



<製作> 宮城県小児肥満対策マニュアル作成委員会, 宮城県小児保健協会  
<協力> 宮城県小児科医会, 宮城県医師会, 宮城県学校保健会  
<本チラシ掲載 HP> 宮城県小児保健協会 HP  
( <http://miyagi-ch.umin.jp/index.html> )