

特集 エコチルとやま対談

リオデジャネイロ五輪  
レスリング金メダリスト

登坂絵莉さん

エコチル調査  
富山ユニットセンター  
センター長

稲寺秀邦・吉岡英治

富山大学医学部  
公衆衛生学講座  
教授

# 子どもの未来を考える エコチル調査



参加者ポータルサイトが変わります  
ポイント交換編

撮影者：篠崎 絵美さん 撮影地：JR黒部宇奈月温泉駅

篠崎さんからの  
メッセージ

天気がとても良かったので夫と一緒に駅周辺を散歩をしました。私は黒部在住ですので、良く見かけるトロッコ列車ですが、冬の青空とトロッコ列車のオレンジ色が鮮やかでワクワクしながら撮影しました。近くには「北陸の銀閣」とも呼ばれている「松桜閣」もあります。皆さん是非遊びにいらして下さい！



# 子どもの未来を 考える エコチル調査

「エコチル調査」は、環境が子どもの健康や成長に与える影響について、全国10万組以上の親子を対象に調査を行っています。子どもたちの健やかな未来につながるよう成果を積み重ねているエコチル調査について、富山県出身のリオデジャネイロ五輪大会レスリング金メダリスト・登坂絵莉さん、稲寺秀邦エコチル調査富山ユニットセンター長、次期センター長・吉岡英治富山大学医学部公衆衛生学講座教授が語りました。

## 子どもの成長を 長期で見つめるエコチル調査

**稲寺** 登坂さんは、富山県高岡市で子ども時代を過ごされ  
たんですよね。

**登坂** 中学3年生までをそこで過ごしました。外で遊ぶのが  
大好きな子どもでした。いわゆる「鍵っ子」でしたが、  
その分、自然の中で伸び伸びと育ったという感覚が  
あります。近所の用水で捕まえてきたイモリを、自宅で  
飼っていた時期もあるんですよ。

自然と関わりながら育った経験は、今の自分の価値観  
の土台になっています。

**吉岡** レスリングはお父さんの勧めで始められたとか。

**登坂** 練習について行ったら、そこで小学生たちがウォーミ  
ングアップでバク転をしているのを見て、これはカッコ  
いいーと(笑)子ども時代にお世話になった恩師が「レス  
リングを嫌いになったら終わりだから」という考え方で  
まずはレスリングを続けること、楽しむことを大切に  
してくれました。

私は「真面目が一番」という言葉を大切にし、誰よりも  
レスリングに向き合い、考え、練習することを続けて  
きました。金メダルは、積み重ねの先にあった結果  
だと思っています。



## 子育ては 「小さな成長を見守り続ける」こと

**稲寺** 子育てをしていくなかで、レスリングの経験が役立つた  
ことはありますか？

**登坂** 子どもの頃、試合で負けても、父は「よく頑張ったな」と  
言ってくれて、怒られた記憶はあまりありません。  
その経験が、今の子育て観につながっています。できる  
だけ見守りながら、子ども自身が学ぶ時間を大切に  
したい。昨日できなかったことが今日少しできるよう  
になったーそうした小さな成長に目を向けてあげ  
たいと思います。

高校時代に初めて大きな挫折を経験して、目標を「勝つ  
こと」から「できることを増やすこと」に切り替え、  
小さな成長を積み重ねました。失敗しても、挑戦は終わ  
らない。子どもと向き合う上でも、私がとても大切に  
している価値観です。

**吉岡** 昨年からは始められた「JOINTS(ジョイント)」に  
ついて教えてください。

**登坂** レスリングは「体づくり」にとってもいいスポーツです。  
体を動かす習慣も含めて、レスリングを通して、そうした  
体験を子どもたちに身につけてほしいという思いで、  
私がプログラムを監修しました。また、特別支援学校や  
児童養護施設などでスポーツ交流を行う一般社団法人  
スマイルコンパスの活動にも取り組んでいます。



エコチル調査  
富山ユニットセンター長

稲寺 秀邦

リオデジャネイロ五輪大会  
レスリング金メダリスト

登坂 絵莉さん

富山大学医学部  
公衆衛生学講座教授

吉岡 英治



富山大学医学部公衆衛生学講座  
名誉教授。1985年金沢大学医学部  
医学科卒業。1994年博士(医学)。  
フランス国立科学研究所、東京  
大学環境安全研究センター助教授  
などを経て、2003年から現職。  
2010年よりエコチル調査富山  
ユニットセンター長。

富山県高岡市出身。小学3年生  
よりレスリングを始め、2016年  
リオデジャネイロ五輪で日本レス  
リングチームでの金メダル1号  
に。2020年結婚、2021年男児  
を出産。引退後は自ら監修する  
キッズレスリングプログラム  
「JOINTS(ジョイント)」を開講。

1996年北海道大学医学部医学科  
卒業。2008年博士(医学)。旭川  
医科大学社会医学講座准教授、  
北海道大学客員准教授などを  
経て2025年から現職。2026年度  
よりエコチル調査富山ユニット  
センター長に就任。

## 富山ユニットセンターが 積み重ねてきた研究の成果

**稲寺** エコチル調査では、年2回の質問票に答えていただくほか、成長の節目には医学的検査にもご協力いただいています。

**登坂** 今回、エコチル調査について知り「もっと早く知りたかった」と感じました。妊娠中の過ごし方や生活環境が、その後の子どもの健康に影響するということを、具体的なデータとして示している点がとても印象的でした。たとえば、妊娠中に空気清浄機を使うことで、精神神経発達のリスクが下がる可能性があるということが驚きでした。

**吉岡** 調査では、屋内環境の整え方など、日常生活の中で意識できる要素が、将来の健康に影響する可能性も示唆されています。

**登坂** 親は毎日、不安を抱えながら子どもと向き合っています。だからこそ、専門家による長期的な調査データが、指針を示してくれることは、とても心強いと感じます。エコチル調査の成果が、これから生まれてくる子どもたちの環境づくりににも生かされていくことを期待しています。



# エコチルとやまのセンター長が替わります



吉岡英治先生  
よろしく  
お願いします

2010年の富山ユニットセンター開設時からセンター長を勤めた稲寺秀邦が定年退官したことにともない、2026年4月より新たに吉岡英治(富山大学医学部公衆衛生学講座教授)が着任します。



早速ですが、先生の出身はどこですか？



北海道小平町鬼鹿というところです。海水浴場があって、夏は北海道の内陸の方(旭川辺り)の人が良く訪れます。最近では海鮮丼が美味しい店があるということで、一部の人が知られています。日本海沿岸ですので、冬は大体ひどい吹雪でした。



富山の印象はいかがですか？

生まれてからずっと北海道だったので、北海道との違いを感じるのがお城です。城下町というのはすごく趣があります。このように趣は北海道にはないので、それがすごく新鮮です。そして、富山は歴史が創り出した趣と、海や山の自然の調和がとれた場所であると思います。また富山の方は相当地元愛が強いなあと、朝乃山とカターレの応援を見ていると感じます。



専門の分野は？  
どんな研究をされていますか？

大学を卒業後、精神科医をしていて、それから公衆衛生学の研究者になりました。一番関心があるのは、精神的な病気の予防です。最近行っているのが、コロナパンデミックの時の人々の自殺に関する研究です。コロナの時に日本では、自殺者が増えてしまったのですが、実は他の国ではあまり自殺者は増えませんでした。これはなぜ何だろうということを考えています。



趣味は？お休みのときはどんなことをされていますか？

読書です。美術とか歴史の本を読むことが多いですが、その他の本も読みます。あとは音楽を聴くことです。山下達郎さんのファンクラブに入っていて、富山に来てから「サンデー・ソングブック」に毎週リクエスト葉書を出すことにしていますが、3か月で3回リクエスト葉書を読まれました。



エコチル調査に参加されているみなさんにメッセージをお願いします！

エコチル調査にご協力いただきありがとうございます。エコチル調査は、世界的に見てもすごい調査ですので、私たち研究者は皆様の協力で得られたデータを生かし、これからは未来のために重要な成果を発信してゆきたいと思えます。

これからもどうぞよろしくお願いいたします



## 稲寺先生からみなさまへ

2011年にはじまったエコチル調査は、全国で約10万組の親子にご協力をいただいています。赤ちゃんがお母さんのお腹の中にいる時から、定期的に質問票調査や対面調査を実施し、健康状態を確認させていただきました。質問票調査や子どもアンケート、学童期検査などに協力をいただいた皆さまには本当に感謝しています。

健康には身のまわりの環境や生活の仕方が関係していると考えられていますが、まだ分かっていないこともたくさんあります。エコチル調査で積み上げられたデータは、信用度の高いデータとして認められ、環境や医療、子育て等、多くの分野での活用が始まっています。アレルギーと関連する要因は何か、テレビやスマホの見すぎは子どもの発達に影響するのか等についても成果が出つつあります。

エコチル調査は当初、お子さんが13歳になるまでの予定ではじまりましたが、調査の重要性が高く評価され、これからも続くことが決定しています。エコチル調査は子どもたちがすやかに暮らせる未来をつくります。末永いおつきあいをお願いいたします。



稲寺先生は引き続きエコチル調査に携わります。これからもよろしくお祈りいたします！

富山ユニットセンターの追加調査をご紹介します



# 血中ナイアシン濃度と 母子の健康に関する調査



現在エコチル調査富山ユニットセンターでは、新しい追加調査  
「血中ナイアシン濃度と母子の健康に関する調査」を行っています。  
この調査について、エコチルとやまくんがインタビューを行いました！

中川 崇 先生

富山大学 学術研究部医学系・  
分子医科薬理学講座教授



「ナイアシン」ってなんですか？  
血液の中に溶けてるの？」

ナイアシンはビタミンB3  
のことで、水に溶けやすい  
性質があります。  
体の中で「補酵素ニコチン  
アミドアデニンジヌクレオ  
チド(NAD)」というもの  
に合成されて重要な役割を  
果たします。



「このNADとエコチル調査には  
どんな関わりがあるの？」

近年、NADが老化や様々な病気と関連する  
ことがわかり、注目を集めています。  
NADが足りなくなると、先天性異常を誘発  
するのでは？という研究もされています。



## NADとエコチル調査



「ナイアシン」ってなんですか？  
血液の中に溶けてるの？」

「ナイアシン」ってなんですか？  
血液の中に溶けてるの？」



## ナイアシンってなあに？



「エコチルとやまホームページでも  
紹介しています」



「エコチルとやまホームページでも  
紹介しています」



「エコチルとやまホームページでも  
紹介しています」



「エコチルとやまホームページでも  
紹介しています」

## どんなふうに 協力していただくの？

「エコチルとやまホームページでも  
紹介しています」





# 参加者ポータルサイトが変わります!

## ポイント交換編

中学生の参加者さんにお使いいただいているWeb質問票のサイトがより使いやすく変わりました。今回はポイント交換のページを中心にをご紹介します!

※画面の画像はサンプルです。

### 1 ポイント交換がスムーズに!

これまでではポータルサイト内と「選べるe-GIFT」サイトの両方で交換するギフトを選択する必要がありました

ポータルサイト内では「交換するポイント数」だけを決めて「選べるe-GIFT」サイトにGo!

「選べるe-GIFT」サイト内で交換したいギフトを選択!

### 上手なポイント交換のコツ

#### ① 事前に、どんなポイントと交換できるかチェック!

右のQRから交換できるポイントを確認  
([「選べるe-GIFT」]のエコチル専用ページに飛びます)



#### ② 交換したいポイントサイトに登録しておこう!

交換希望のポイントを利用するサイトにあらかじめ登録しておく  
このあとの交換作業がスムーズに進みます

#### ③ 1ポイント=1円。

100ポイント以上、100ポイント単位で交換できます

▲ 2026年3月現在、PayPayマネーライトの交換レートは額面の95%です。

(例: 100ポイント交換 → 95円相当に交換)

▲ 交換できるギフトが変更されることもあります。

①でご紹介したQRでの事前チェックがオススメです!



- 現在のポイント数を確認
- 交換可能なギフトを確認
- 交換するポイント数を100ポイント単位で決める
- 「ポイント交換確認」をタップ
- 交換後のポイント残高を確認
- 「ポイント交換確定」をタップ
- メールに届く確認コードを入力して「認証する」をタップ
- URLリンクをタップ

「選べるe-GIFT」サイトに移動します!

「選べるe-GIFT」サイトで好きなギフトに交換しましょう!

### そのほかにも...

### 2 ポイント有効期限がわかりやすくなりました!



有効期限28日前

ホーム画面でのポップアップ通知でお知らせ



有効期限14日前

ポイント履歴画面で「期限間近」と表示

### ホーム画面に大切なお知らせのトピック画像が登場!



トピック画像をタップ!

これまでの「お知らせ」はココをタップ



楽しいお知らせが届くかも! お楽しみに☆



8ページ「ことばさがし」のヒント! ③ ▶ 今年は2026年だよ!



ことばさがし

# 祝日と季節の行事

下の表の中から、日本の祝日(国民の祝日)を14個、  
季節の行事を4個見つけてください。

すべて見つけたあと、余った文字を横方向に1行目から  
8行目まで続けて読むと、簡単なクイズになっています。

さて、クイズの答えは何でしょうか？

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | コ | ト | ガ | シ | ケ | イ | ロ | ウ | コ | ノ |
| 2 | シ | ユ | ン | ブ | ン | オ | セ | ミ | ド | リ |
| 3 | オ | ミ | ジ | ス | ポ | ー | ツ | ソ | モ | タ |
| 4 | カ | ブ | ツ | ハ | ウ | ナ | ブ | ハ | ン | ナ |
| 5 | ケ | ン | コ | ク | キ | ネ | ン | ロ | ヨ | バ |
| 6 | ウ | カ | ビ | デ | ネ | シ | ヨ | ウ | ワ | タ |
| 7 | シ | ユ | ウ | ブ | ン | ヤ | セ | イ | ジ | ン |
| 8 | シ | ヨ | ク | リ | ス | マ | ス | ン | ウ | カ |

ほかのページに  
ことばさがしのヒントがかけています。  
ヒントを見つけて、めざせピッタリ賞!



## ルール

- 文字を読む方向は  
→・↓の2方向のみです  
(ななめス・\はありません)  
言葉のとちゅうで読む方向が  
変わることはありません
- 祝日は「〜日」・「〜の日」を  
外してさがしてください  
例  
天皇誕生日→テンノウタンジョウ  
勤労感謝の日→キンロウカンシャ
- 「イ・ヤ・ユ・ヨ」は小さい  
文字として読むこともできます  
例  
キンロウカンシャ→キンロウカンシャ

答えを下の投稿ハガキに書いて応募してください。  
応募締切: 2026年4月30日(木) 当日消印有効

正解者にはピッタリ賞!  
外れた方には参加賞を  
後日郵送します!

【お知らせ】ほかの方が著作権を持っているキャラクターが描かれた作品については、SNS等に掲載する際に一部加工させていただく場合がございます。ご了承くださいませ。

## かきたしてみよう!

もしも自分で  
「祝日」が作れたら  
どんな祝日が欲しいかな?  
イラストや文章で教えてね。  
祝日が欲しい理由や  
その日はどんなことを  
したいかなど、  
あなたのアイデアを  
教えてね!

## おうちの方へ

点線でハガキを切り取って、  
おもて面にお名前などをご記  
入いただき、上から個人情報  
保護シールを貼ってお送り  
下さい。作品はエコチルとやま  
のホームページ・SNSなどに  
掲載いたします。

お送りいただいた方にお礼のプレゼントをお送ります!

※お送りいただいた作品は返却  
できませんのでご了承ください。

## こんな祝日があったらいいな!

タイトル

