

体格評価ソフト

**あわっこ**

マニュアル

徳島県医師会生活習慣病予防対策委員会

## －はじめに－

前回までの体格評価ソフト（肥満度算出シート）には委員会へ提出していただくときに、そのままではフロッピーに入らない問題点や身長・体重の異常値を見つけにくい点などがあり、改良の必要性が出てまいりました。

今回、体格評価ソフト（肥満度算出シート）を新しくし、身長・体重からのスクリーニングを容易にし、提出用の書き込みもボタンで出来るようになりました。

※肥満度算出のための標準体重はこれまでと同様、**2000**年から**2002**年の徳島県の体格調査より作成したものです。

※身長の基準値は**2000**年度版標準成長曲線を用いています。  
（前は**1990**年度版標準成長曲線を用いていました。）

### ●幼児・児童における身長・体重測定およびデータ管理は重要です

身長・体重の評価は単に数値化して平均値を比較するのみでは、異常を早期に見つけることは困難で、脳腫瘍など、かげに隠れている重篤な病気を発見するには、より精密なデータ管理を行う必要があります。また、肥満の早期発見、早期治療は若年齢化が問題となっている生活習慣病を予防するのに重要な役割を果たします。

### ☆このCD-ROMの構成

- ・「あわっこ」（体格評価ソフト本体）

以下のものは必要に応じて印刷などしてご使用ください。

- ・「あわっこ」マニュアル（このマニュアルと同じもの）
- ・ [付録1]以前の肥満度算出シートからのコピーの方法
- ・ [付録2]えがお・はぐくみとの移行について
- ・ [付録3]コピーと貼り付けの説明
- ・ [付録4]セキュリティレベルに関して

# 『あわっこ』のご紹介

## ●入力機能

入力が必要なデータ

- 基本入力 学年・組・出席番号・名前・性別・生年月日
- 健康診断時 検査日・身長・体重・座高

自動計算される数値

- IDコード（※シート上ではIDコードは表示されません。）
- 肥満度（平成18年度からの文部科学省式・徳島県式）
- BMI：体重（kg）を身長（m）の2乗でわったもの。
- 身長SD：標準偏差を1として基準値からの偏りを示したもの。
- 各学年・男女別における身長・体重・座高の平均値

## ●分析機能

【最新データシート】

No	年	組	出席番号	名前	性別	生年月日	検査日	身長	体重	座高	身長SD	肥満度 (文科省H18 ~)	肥満度 (徳島)	BMI	年齢 才	年齢 ヶ月
420	418	9	1	15	いろは	女	1988/12/19	2003/04/10	155.8	48.0	-0.11	-2.6	-1.4	19.8	14	3
421	419	9	1	16	いろは	女	1989/03/16	2003/04/10	155.0	45.4	-0.19	-7.0	-5.5	18.9	14	0
422	420	9	1	17	いろは	女	1988/08/17	2003/04/10	154.8	37.6	-0.38	-22.8	-21.4	15.7	14	7
423	421	9	1	18	いろは	女	1988/07/08	2003/04/10	138.9	38.6	-3.48	-1.6	15.6	20.0	14	9
424	422	9	1	19	いろは	女	1988/09/21	2003/04/10	157.9	38.6	0.21	-23.6	-23.3	15.5	14	6
425	423	9	1	20	いろは	女	1988/10/28	2003/04/10	155.7	46.2	-0.19	-6.1	-5.0	19.1	14	5
426	424	9	1	21	いろは	女	1989/03/14	2003/04/10	164.3	53.6	1.54	-1.3	-2.8	19.9	14	0
427	425	9	1	22	いろは	女	1988/11/26	2003/04/10	155.5	66.0	-0.19	34.4	36.2	27.3	14	4
428	426	9	1	23	いろは	女	1988/04/28	2003/04/10	159.2	45.4	0.42	-11.5	-11.6	17.9	14	11
429	427	9	1	24	いろは	女	1989/01/31	2003/04/10	157.2	42.6	0.19	-15.0	-14.5	17.2	14	2
430	428	9	1	25	いろは	女	1988/09/09	2003/04/10	167.3	54.6	1.98	-2.7	-4.8	19.5	14	7
431	429	9	1	26	いろは	女	1988/08/23	2003/04/10	153.2	47.7	-0.68	-0.1	2.6	20.3	14	7
432	430	9	1	27	いろは	女	1988/09/18	2003/04/10	157.1	57.0	0.06	13.9	14.6	23.1	14	6
433	431	9	1	28	いろは	女	1988/12/12	2003/04/10	163.5	47.5	1.34	-11.8	-12.9	17.8	14	3
434	432	9	1	29	いろは	女	1988/10/21	2003/04/10	151.7	43.6	-0.94	-6.9	-3.5	18.9	14	5
435	433	9	1	30	いろは	女	1988/12/01	2003/04/10	155.0	59.0	-0.28	20.9	22.8	24.6	14	4
436	434	9	1	31	いろは	女	1988/02/27	2003/04/10	162.4	55.0	1.19	3.4	2.4	20.9	14	1
437	435	9	1	32	いろは	女	1988/09/01	2003/04/10	156.7	70.2	-0.02	40.9	42.1	28.6	14	7
438	436	9	1	33	いろは	女	1988/05/27	2003/04/10	156.5	46.2	-0.09	-7.0	-6.2	18.9	14	10
439	437	9	1	34	いろは	女	1988/08/04	2003/04/10	151.6	43.0	-1.00	-8.1	-4.6	18.7	14	8
440	438	9	1	35	いろは	女	1988/10/21	2003/04/10	149.8	58.0	-1.30	26.9	33.8	25.8	14	5
441	439	9	1	36	いろは	女	1988/10/15	2003/04/10	148.1	41.5	-1.62	-7.2	-0.3	18.9	14	5
442	440	9	1	37	いろは	女	1988/07/30	2003/04/10	148.4	41.5	-1.60	-7.5	-1.1	18.8	14	8
443	441	9	1	38	いろは	女	1988/04/28	2003/04/10	162.4	62.5	1.02	17.5	16.3	23.7	14	11

肥満度（徳島県データ）が20%～50%は黄色で表示。

肥満度（徳島県データ）が50%以上は赤色で表示。

身長SDが-2.5SD～-3.0SDは黄色で表示。

身長SDが-3.0SD以下では赤色で表示。

並べ替え年・組・出席番号ボタン……学年・組・出席番号順に並べ替えができます。

並び替えNo.ボタン……No.順（一番左A列のNo.順）に並べ替えができます。

保存（氏名なし）ボタン……提出用

保存（氏名あり）ボタン……学校保管用

## 【平均値】シート

各測定値の平均		
1年生の身長		
	男子	女子
人数	42人	46人
平均	115.2cm	115.9cm
合計	4837.5cm	5327.0cm
1年生の体重		
	男子	女子
人数	42人	46人
平均	20.0kg	21.2kg
合計	872.4kg	975.5kg
1年生の座高		
	男子	女子
人数	0人	0人
平均		
合計		
2年生の身長		
	男子	女子
人数	42人	40人
平均	122.5cm	122.1cm
合計	5143.3cm	4884.8cm
2年生の体重		
	男子	女子
人数	42人	40人
平均	24.5kg	24.6kg
合計	1030.9kg	983.1kg
2年生の座高		
	男子	女子
人数	0人	0人
平均		
合計		
3年生の身長		
	男子	女子
人数	50人	51人
平均	127.2cm	126.1cm
合計	6358.7cm	6430.7cm
3年生の体重		
	男子	女子
人数	50人	51人
平均	27.6kg	26.7kg
合計	1379.7kg	1363.6kg
3年生の座高		
	男子	女子
人数	0人	0人
平均		
合計		
4年生の身長		
	男子	女子
人数	39人	42人
平均	131.5cm	134.2cm
合計	5130.2cm	5637.8cm
4年生の体重		
	男子	女子
人数	39人	42人
平均	29.1kg	31.0kg
合計	1133.8kg	1300.5kg
4年生の座高		
	男子	女子
人数	0人	0人
平均		
合計		
5年生の身長		
	男子	女子
人数	46人	41人
平均	137.5cm	139.4cm
合計	6324.7cm	5714.3cm
5年生の体重		
	男子	女子
人数	46人	41人
平均	36.3kg	39.4kg
合計	1671.3kg	1367.7kg
5年生の座高		
	男子	女子
人数	0人	0人
平均		
合計		

身長・体重・座高において各学年、男女別に人数・平均値を表示。

※ 「平均値」シートは1～6年生までしか反映されません。小学校・中学校を同じシートに入力された場合、平均値が正しく算出されません。お手数ですが小学校・中学校に分けてファイル作成してください。

## 【人数の集計】シート

身長SD		BMI	
データの個数	No.	データの個数	No.
+3.0以上	18	+5.0以上(高度肥満)	1
+2.0以上	1	+3.0~+5.0未満(中等度肥満)	3
-1.9~+1.9	093	+2.0~+3.0未満(軽度肥満)	3
-2.0以下	10	-2.0~+2.0未満(標準)	010
-2.5以下	4	-2.0以下(痩せ)	1
-3.0以下	2	総計	17
総計	123		

各データから個人名を逆引き可能。

- ① **データの更新** ボタンで入力データが反映されます。
- ②抽出条件を指定 (性別)
- ③シートの枠内の数字をダブルクリックすると新しいシートが挿入され、その数字に対応した生徒のデータが抽出されます。

## － 『あわっこ』のインストールと起動－

『あわっこ』はエクセルファイルですので、使用にはエクセルがインストールされていることが必要です。

- ①CD-ROM をドライブに入れ、CD-ROM 内の『あわっこ』ファイルをデスクトップにドラッグ&ドロップして下さい。
- ②『あわっこ』ファイルをダブルクリックすると起動します。
- ③起動時、マクロについての表示が出る場合、「マクロを有効にする」を選択して下さい。

☆ PC 環境によっては最初にセキュリティーに関するメッセージが表示されます。

☆ メッセージが出た場合もセキュリティーレベルを高から中に下げることによって問題なく利用になります。詳細は添付の〔付録4〕をご覧ください。

## － 『あわっこ』への入力－

入力できる場所は水色の部分です。その他のセルは入力できなくなっています。

No	学年・組	席番号	名前	性別	生年月日	身長	体重	座高	身長SD	肥満度 (文科省H18 ~)	肥満度 (徳島)	BMI	年齢才	年齢ヶ月
420	9 1	15	いろは	女	1988/12/17	155.8	48.0		-0.11	-2.6	-1.4	19.8	14	3
421	9 1	16	いろは	女	1989/07/16	155.0	45.4		-0.19	-7.0	-5.5	18.9	14	0
422	9 1	17	いろは	女	1989/08/17	154.8	37.6		-0.38	-22.8	-21.4	15.7	14	7
423	9 1	18	いろは	女	1988/07/08	138.9	38.6		-1.6	-1.6	15.6	20.0	14	9
424	9 1	19	いろは	女	1988/09/21	157.9	38.6		0.21	-23.6	-23.3	15.5	14	6
425	9 1	20	いろは	女	1988/10/28	155.7	46.2		-0.19	-6.1	-5.0	19.1	14	5
426	9 1	21	いろは	女	1989/03/14	164.3	53.6		1.54	-1.3	-2.8	19.9	14	0
427	9 1	22	いろは	女	1988/11/26	155.5	66.0		-0.19	34.4	36.2	27.3	14	4
428	9 1	23	いろは	女	1988/04/28	159.2	45.4		0.42	-11.5	-11.6	17.9	14	11
429	9 1	24	いろは	女	1989/04/31	157.2	42.6		0.19	-15.0	-14.5	17.2	14	2
430	9 1	25	いろは	女	1988/07/09	167.3	54.6		1.98	-2.7	-4.8	19.5	14	7
431	9 1	26	いろは	女	1988/07/23	153.2	47.7		-0.68	-0.1	2.6	20.3	14	7
432	9 1	27	いろは	女	1988/09/18	157.1	57.0		0.06	13.9	14.6	23.1	14	6
433	9 1	28	いろは	女	1988/12/17	163.5	47.5		1.34	-11.8	-12.9	17.8	14	3
434	9 1	29	いろは	女	1988/10/07	157.7	43.6		-0.94	-6.9	-3.5	18.9	14	5
435	9 1	30	いろは	女	1988/12/20	157.0	59.0		-0.28	20.9	22.8	24.6	14	4
436	9 1	31	いろは	女	1989/02/04	162.0	55.7		0.06	2.4	20.9	14	1	
437	9 1	32	いろは	女	1988/07/10	156.7	47.0		-0.08	42.1	28.6	14	7	
438	9 1	33	いろは	女	1988/07/10	156.5	47.0		-0.08	-6.2	18.9	14	10	
439	9 1	34	いろは	女	1988/07/10	151.0	47.0		-1.00	-4.6	18.7	14	8	
440	9 1	35	いろは	女	1988/07/10	149.0	47.0		-1.30	33.8	25.8	14	5	
441	9 1	36	いろは	女	1988/07/10	148.0	47.0		-1.62	-0.3	18.9	14	5	
442	9 1	37	いろは	女	1988/07/10	148.0	47.0		-1.60	-1.1	18.8	14	8	
443	9 1	38	いろは	女	1988/07/10	148.0	47.0		1.02	16.3	23.7	14	11	

- ①学年・組はセルをクリックすると横に▼が出てくるので、▼をクリックすると選択できるようになります。

- ②出席番号・氏名をセルに直接入力します。  
氏名の苗字と名前の間は空白を入れても入れなくても構いません。  
(同じ名前と判断します。)
- ③性別はセルをクリックすると横に▼が出てくるので、▼をクリックすると選択できるようになります。
- ④生年月日をセルに直接入力します。 0000/00/00 と表示されます。  
(例：1995年1月1日生まれの場合 95/1/1 h7/1/1 でも入力できます。)
- ⑤検査日をセルに直接入力します。 0000/00/00 と表示されます。  
(例：1995年1月1日検査の場合 95/1/1 h7/1/1 でも入力できます。)
- ⑥身長・体重・座高をセルに直接入力します。
- 転入については最下行に入力してください。  
学年、組、出席番号を入れて左の並べ替えボタンを利用してください。
  - 次年度の学年進行・クラス替えにも並べ替えボタンを利用してください。
- 注意：並べ替えボタンを使った後ではツールバーの「編集」→「元に戻す」で操作を取り消すことはできないので気をつけてください。
- 転出者・卒業者等を削除したい場合：  
シートには保護がかかっているため行の削除はできません。  
データの一部を削除したい場合は範囲を選択し、「delete」キーをお使いください。  
※範囲は水色のセルのみでOKです。  
※「delete」キーはキーボードの右上にあります。
- 注意：本ソフトには様々な計算式等が設定されています。誤入力の原因となりますので特別な場合を除き‘シート保護の解除’は使わないで下さい。

入力項目は以上です。

## － 『あわっこ』のデータの保存・提出－

記録メディア（フロッピー、CD等）をセットし、保存（氏名なし） ボタンを押すと、しばらくたって保存先の選択ウィンドウが出ます。記録メディアに対応したドライブを選択するとクラスや氏名が削除された（プライバシーを守る為）データが保存されます。そのまま保存するとファイル名は「（保存日）体格評価」となります。ファイル名を別に書き込んでもそのままでもかまいません。この記録メディアを教育委員会を通じて生活習慣病予防対策委員会へお送りください。

学校でのデータの保存には保存（氏名あり） ボタンを押してください（氏名も保存されます）。同じくドライブ選択のウィンドウが表示され氏名ありのデータが保存されます。

（容量が大きいままの保存でよい場合、入力後の【あわっこ】のファイルのまま、「ファイル」→「名前を付けて保存」とし、新しい名前を付けて保存しても結構です。）

注意：保存ボタンによる保存後のデータでは並び替え ボタンが使用できなくなっております。  
並び替え ボタンは保存する前にご使用ください。

このソフトは皆様が普段使われているエクセルファイルで作成されており、肥満度の異常値表示のみでなく、身長の異常値も表示されるようになっております。  
本ソフトが少しでもお役に立ち、お子様の健康に貢献できれば幸いです。

### 【問い合わせ先】

徳島県医師会生活習慣病予防対策委員会

Fax：088-623-5679

[soukatsu@tokushima.med.or.jp](mailto:soukatsu@tokushima.med.or.jp)