

# 国民健康栄養調査からみた 小児から若年成人への肥満の推移 —肥満予防の観点から—

いずみ 泉                      のぶ お 夫

キーワード：国民健康栄養調査，肥満，トラッキング，肥満予防，学齢前期

## 要 旨

肥満度に関し国民健康栄養調査の2006~2011年の6~39歳の結果をまとめた。軽度肥満以上は6~8歳，15~19歳，30歳代にかけ，男性は6.7%，10.1%，31.5%へと，女性も，4.4%から，5.4%，12.8%へと増えた。小学校時の肥満度がそのまま成人へトラッキングすると仮定すると，6~8歳に肥満度5%以上の男児，肥満度10%以上の女児は，若年成人期にはBMI $\geq$ 25になる。対象を肥満児のみより幅を広げた肥満対策が必要である。

肥満度が中等度後半(40%)以上は，6~8歳で男児1.3%，女児0.5%，12~14歳では2.4%と1.3%，15~19歳のBMI $\geq$ 30は共に1.3%であり，小学低学年より変化は小さい。2~6歳頃の過量の体重増加は思春期以降の肥満に繋がるとされるが，日本では重症肥満を決定する度合いが強いかもかもしれない。3歳健診，幼稚園などでのチェックの強化と，予防策の更なる検討が必要である。

## はじめに

肥満は世界的に顕著な増加傾向を示し，公衆衛生上の脅威となっている。肥満は心臓血管系疾患に対し，高血圧症や脂質異常などを介し作用するか，全く独立しても作用するか明らかでないが<sup>1)</sup>，後者を支持する意見は続出している<sup>2)</sup>。

肥満の長期的治療効果は，重症肥満に対する胃

のバイパス手術を除き，得難い。また，小児，思春期に正常体重であっても，若年成人期には肥満であることは少なくない<sup>3,4,5)</sup>。

肥満対策は治療より予防こそ肝要である。それは，正常体重児を含め全小児に幅広く行うとともに，やはり，力をより注ぎ込むべき期間や対象を見出す努力も求められる。

日本も小児の肥満の増加が指摘され<sup>6)</sup>，成人も男性は増加が明らかであるが，それらの程度は米国と比べると顕著に小さく<sup>7)</sup>，若年女性では痩せが多い特徴もある<sup>8)</sup>。日本の特徴をより深く理解

Nobuo IZUMI

出雲市立総合医療センター小児科  
連絡先：〒691-0003 出雲市灘分町613