

研究ノート

農村の健康管理メモ

肥満度について(昭和57年度)

富山県農村医学研究会 豊田 文一

富山県厚生連 木津 信子 佐々木弘子

高木 茂

本誌13巻において農村の肥満の問題について報告したが、昭和57年度も同一集団について肥満度の観察を行った。測定方法は松木氏の方法により、

$$\text{肥満率} = \frac{(\text{本人の体重}) - (\text{標準体重})}{(\text{標準体重})} \times 100$$

この値の±10%を標準体重(C), +10~20%を体重増加(B), +20%以上を肥満(A), -10~-20%を体重減少(D), -20%以下をやせ(E)とした。標準体重は栄養審議会の年齢別体重表を使用した。

なお被検者は県農協職員、男子1,780名、女子1,357名、合計3,137名で、昭和57年度職員定期検診にあたり測定した。この職員は、男子82.6%、女子72.6%は耕作地を有し、かつその他の職員の大部分も農村の居住者である。

測定成績

表示してあるので参照されたい。その傾向として男子(A)は30才より比率が上昇してくる。(B)は20才代最高で、以後やや減少する。女子でも(A)において男子と同様30才代から上昇の傾向にある。ことに体重増加(B)は各年代ともほぼ同率である。なお体重減少(O)は20才代は他の年代に比してやや高率である。昭和56年度と比較すると、男子では体重増加(B)はかなり増加していることが目立つ。女子も同様でやや増加している。かつやせ(E)は男女共減少してきている。

まとめ

肥満とは身体の脂肪組織の増加である。その測定には身体の中の脂肪の量を測定することによって正確な値がえられるわけであるが、

肥満度調査成績(昭和57年度)

肥満度		A	B	C	D	E	計
~29	♂	51 (9.5%) (9.6%)	152 (28.2%) (16.7%)	298 (55.3%) (63.5%)	38 (7.1%) (9.4%)	0 (0%) (0.7%)	539
	♀	26 (7.5%) (8.5%)	56 (16.1%) (10.8%)	202 (58.2%) (61.6%)	59 (17.0%) (16.1%)	4 (1.2%) (3.0%)	347
30~39	♂	97 (15.8%) (18.1%)	140 (22.8%) (22.2%)	344 (56.0%) (52.7%)	31 (5.0%) (6.0%)	2 (0.3%) (1.0%)	614
	♀	65 (10.1%) (9.6%)	113 (17.5%) (17.0%)	377 (58.5%) (60.3%)	84 (13.0%) (12.1%)	5 (0.8%) (0.9%)	644
40~49	♂	73 (18.5%) (19.2%)	99 (25.1%) (25.7%)	195 (49.4%) (46.9%)	26 (6.6%) (7.6%)	2 (0.5%) (0.6%)	395
	♀	28 (8.9%) (8.0%)	55 (17.5%) (15.7%)	187 (59.4%) (63.3%)	40 (12.7%) (12.1%)	5 (1.6%) (0.9%)	315
50~	♂	49 (21.1%) (21.0%)	51 (22.0%) (24.8%)	121 (52.2%) (49.4%)	10 (4.3%) (4.8%)	1 (0.4%) (0)	232
	♀	6 (11.8%) (18.0%)	9 (17.6%) (24.6%)	33 (64.7%) (39.3%)	3 (5.9%) (14.8%)	0 (0%) (3.3%)	51
計	♂	270 (15.2%) (16.4%)	442 (24.8%) (21.9%)	958 (53.8%) (53.8%)	105 (5.9%) (7.2%)	5 (0.3%) (0.7%)	1,780
	♀	125 (9.2%) (9.3%)	233 (17.2%) (15.3%)	799 (58.9%) (60.5%)	186 (13.7%) (13.3%)	14 (1.0%) (1.6%)	1,357
総計		395 (12.6%) (13.4%)	675 (21.5%) (19.1%)	1,757 (56.0%) (56.7%)	291 (9.3%) (9.8%)	19 (0.6%) (1.1%)	3,137

()内は昭和56年度の比率

この方法は日常的に行うことは困難であり、また皮下脂肪の厚さを測る方法もあるが、その量は各部位によってちがひ、測定された数値が全身の脂肪量を正確に求めることはむずかしい。それで一般に用いられているのは体重計で体重を測定し、これを標準体重と比較する方法で、程度の求め方について前述した。なお成人の場合もっとも簡単な方法は、 $[(身長\text{cm}-100)\times 0.9]\text{kg}$ を標準体重としてもよいものともいわれている。

さて肥満は成人病の基盤となることは否定できない。ある人は“脂肪預金は死亡預金”という人もあり、また前にもいったように外国では40～50才の人は、1ポンド(450g)増すごとに死亡率は1%増すといわれる。疾病として糖尿病、高血圧症、心臓疾患、肝疾患、

痛風、腎炎、胆石症、脳出血なども肥満に関連性を有する場合も多い。

また本年は女子の肥満について関心をもち、とくに性的現象と何らかの関連性はないか調査してみた。調査は60kg以上の女子 167名について肥満と関係ないかと問診した。このうち16名は出産後10kg前後増量したというもの、また子宮筋腫の手術後3名、帝切1名、卵巣嚢胞の手術1名、計21名(12.6%)は性器疾患に関係がある。私は女性の肥満を考えると性的現象も無視できないものとして今後の研究に俟ちたい。

以上、農協職員を対策として肥満について検討したが、この問題は健康管理の上で無視しえないものであり、肥満対策についてご助言をえられれば幸である。