

肥満度について(昭和58年度)

富山県農村医学研究会 豊田 文一
富山県厚生連 大浦 栄次 木津 信子
高木 茂

私どもは、昭和56年より農協職員の健康管理の一端として肥満度の測定を行い、その防止についての指導と啓蒙を続けてきた。この職員のうち男子82.6%、女子72.6%は耕作地を有し、かつ他の職員の大部分は農村に居住している。従って本県における農村居住者の肥満についての大要を推測するに足るものと思う。

測定方法は、松木氏の方法により

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

とし、この値の±10%を標準(C)とし、+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。

昭和58年度の健診人員、男子2,108名、女子1,607名、計3,715名である。健診の時期は毎年ほぼ同時期に行っている。

測定成績

その成績は表1に示す。これを総覧するに、肥満度Aでは男女とも年齢の増すに従って比率の増加をみる傾向にあり、全般的にみて男15.5%、女7.8%、合計12.2%である。体重増加Bは、男では加齢とともに増加しているが、女では大差がない。標準体重Cは男49.5%、女61.8%であった。体重減少は男5.7%、女12.6%で女に高率である。-20%以下のやせは極めて少ない。

次に昭和56年より3カ年の推移を観察する

表1 農協職員肥満度分布(昭和58年度)

性別	年齢	A	B	C	D	E	合計
男	29才以下	64	90	305	45	5	509
	(%)	(12.5)	(17.7)	(59.9)	(8.8)	(1.0)	
	30 ~ 39	115	185	423	35	2	760
	(%)	(15.1)	(24.3)	(55.7)	(4.6)	(0.3)	
	40 ~ 49	74	128	240	20	3	465
	(%)	(15.9)	(27.5)	(51.6)	(4.3)	(0.6)	
	50才以上	73	205	75	20	1	374
(%)	(19.5)	(54.8)	(20.1)	(5.3)	(0.3)		
小計	326	608	1,043	120	11	2,108	
(%)	(15.5)	(28.8)	(49.5)	(5.7)	(0.5)		
女	29才以下	21	54	216	54	6	351
	(%)	(6.0)	(15.4)	(61.5)	(15.4)	(1.7)	
	30 ~ 39	58	123	477	100	7	765
	(%)	(7.6)	(16.1)	(62.4)	(13.1)	(0.9)	
	40 ~ 49	40	80	259	40	5	424
	(%)	(9.4)	(18.9)	(61.1)	(9.4)	(1.2)	
	50才以上	7	11	41	8		67
(%)	(10.4)	(16.4)	(61.2)	(11.9)	(.)		
小計	126	268	993	202	18	1,607	
(%)	(7.8)	(16.7)	(61.8)	(12.6)	(1.1)		
合計	452	876	2,036	322	29	3,715	
%	(12.2)	(23.6)	(54.8)	(8.7)	(0.7)		

と表2に示す如く、男においてAでは大差ないが、Bは増加、標準値たるCは概ね変化なくDは減少、Eは毎年極めて少ない。女においてはA、Bは減少、標準値Cは僅かに増加、Dは変化はほとんどなく、やせは男と同様極めて低率である。全員についてみるとAは僅かに増加、Bはやや増加、Cはやや減少している。Dもやや低率化している。Eはともに極めて少ない。

表2 昭和56～58年肥満度

昭和56年 男 1,960名 女 1,450名 計 3,410名
 昭和57年 男 1,780名 女 1,357名 計 3,137名
 昭和58年 男 2,108名 女 1,607名 計 3,715名

性別	年齢別	肥満度														
		A			B			C			D			E		
		56	57	58	56	57	58	56	57	58	56	57	58	56	57	58
男	29才以下	9.6%	9.6%	12.5%	16.7%	28.2%	17.7%	63.5%	55.3%	59.9%	9.4%	7.1%	8.8%	0.7%	0%	1.0%
	30～39	18.1%	15.8%	15.1%	22.2%	22.8%	24.3%	52.7%	56.0%	55.7%	6.0%	5.0%	4.6%	1.0%	0.3%	0.3%
	40～49	18.7%	18.5%	15.9%	25.7%	25.1%	27.5%	46.9%	49.4%	51.6%	7.6%	6.6%	4.3%	0.6%	0.5%	0.6%
	50才以上	21.0%	21.1%	19.5%	24.8%	22.0%	54.8%	49.4%	52.2%	20.1%	4.8%	4.3%	5.3%	0%	0.4%	0.3%
	計	16.4%	15.2%	15.5%	21.9%	24.8%	28.8%	53.8%	53.8%	49.5%	7.2%	5.9%	5.7%	0.7%	0.3%	0.5%
女	29才以下	8.5%	7.5%	6.1%	10.8%	16.1%	15.5%	61.5%	58.2%	61.5%	16.1%	17.0%	15.4%	3.0%	1.2%	1.7%
	30～39	10.0%	10.1%	7.6%	17.0%	17.5%	16.1%	60.3%	58.5%	62.7%	12.1%	13.0%	13.1%	0.9%	0.8%	0.9%
	40～49	8.0%	8.3%	9.4%	15.7%	17.5%	18.9%	63.3%	58.4%	61.1%	12.1%	12.7%	9.4%	0.9%	1.6%	1.2%
	50才以上	18.0%	11.8%	10.4%	24.6%	17.6%	16.4%	39.3%	64.7%	61.2%	14.8%	5.9%	11.9%	3.3%	0%	0%
	計	9.3%	9.2%	7.8%	15.3%	17.2%	16.7%	60.5%	58.9%	61.8%	13.3%	13.7%	12.6%	1.6%	1.0%	1.1%
総計	13.4%	12.6%	12.2%	19.1%	21.5%	23.6%	56.0%	56.0%	54.8%	9.8%	9.3%	8.7%	1.1%	0.6%	0.7%	

さて子どもは、本調査を続けているのは、過度の肥満の防止であり、この推移をみて本人が積極的に減量についての関心がない限り肥満を防止することができない。肥満の原因として外因性肥満と内因性肥満があげられる。外因性は過食、言い換えれば摂取エネルギーが消費エネルギーを上廻るため、エネルギーが脂肪となって身体に貯えられるからである。また摂取エネルギーが同じでも、運動量が少なく消費エネルギーが少なければ、エネルギーを余分に摂取したと同じ結果になって肥満することになる。農協職員では、その業務は事務的のもの、また肉体労働を主とするものなどであるが、女子は主として事務的業務が多いので過食に対して注意すべきであろう。

内因的肥満は内分泌腺（下垂体、甲状腺、副腎、膵臓、性腺）の異常による場合と神経系の異常による場合とある。これらについては今後検索してみたいと考えているが、内因性肥満はその率は少ないといわれている。

ただ健康管理面で、肥満と関係あるものは糖尿病で、正常体重の人に比較して4倍多いという統計もある。また高血圧をもつ人も多い。高血圧の人に体重を減少させると血圧が下がることがよく知られている。さらに心疾患では、肥満のため心臓に負担が大きくなり、

狭心症や心筋梗塞などの心疾患があると、正常体重の人よりも予後が悪くなるといわれている。また動脈硬化症、肝、胆嚢疾との関連性も否定できない。

表3 肥満の要因調査(女性)

要因	人数	%
出産後	93	38.4
不明	115	48.0
素質的	20	8.3
手術後	6	3.0
甲状腺	2	0.8
その他	4	1.7
計 240名		

子どもは、肥満のうちとくに女性の場合、60kg以上の人について肥満に至った要因に關し、昭和58年度調査結果を表3に示す。ただここに一応60kg以上としたが、これらは松木氏法によらず、体重のみで選んだ。最高体重は82kg、70kg以上は19名あった。問診により行ったものである。

すなわち出産後肥満してきたものは93名、38.4%、これらのほとんどは出産毎に3～5kg増量したという。4回出産で20kgもふえたものもある。しかし自然に肥えてきたというもの115名、48.0%、このことについて更に調査してみたいが、家系的に肥満体質というもの20名 3.0%ある。自然的のものも素質的

のものが含まれているのでなかろうか、更に検討してみたい。手術後、子宮筋腫、卵巣の手術後であり6名、3.0%、甲状腺機能低下2名、その他は4名あるが、スポーツを止めてから、結婚してから、降圧剤を使用してから、

生理不順など各1名あった。

以上の女性の肥満をみると性的現象、性腺に関連するものが多く、今後産婦人科的に本研究会の専門委員会で検討されることになっているので、今後の研究にまちたい。