

健診受診者の肥満度および体重変化と生活習慣病との関係に関する研究

まきの ゆみこ
牧野 由美子¹⁾
おおしろ ひとし
大城 等²⁾

おむら えみこ
小村 恵美子¹⁾

キーワード：減量目標，高血圧，血中脂質異常，糖尿病，肝機能異常

要 旨

健診受診者について、肥満度と生活習慣病との関係、1年間の体重変化と各疾患の総合判定の変化との関係を明らかにし減量目標の設定に役立てることを目的に検討を行った。肥満度3区分と生活習慣病指標となる各種検査値平均の比較では肥満度が高いほど有意に高い値を示した。また1年間の体重変化2 kg以上に着目しその増減と高血圧、血中脂質異常、糖尿病、肝機能異常の総合判定の変化を見たところ、男性では2 kg以上の体重増減で有意に総合判定が悪化または改善した。女性では有意差ありとまでは言えない項目もあったが、2 kgの減量を目標とした保健指導は、生活習慣病の予防、改善に役立つと思われた。

【目 的】

当財団の健康診断受診者に関するこれまでの解析により、近年、肥満に該当するものの増加が著しいことが明らかとなっている¹⁾。肥満は生活習慣病に大きな影響を与えるため、減量目標の設定は保健指導の重要なポイントである。これまで5%以上の減量の効果について報告²⁾されているが、肥満者にとって高い目標設定となる場合も多い。本研究は、当財団の健診受診者について、肥満度

とこれら疾患との関係、体重変化と各疾患の総合判定の変化との関係を明らかにすることにより、今後の受診者への減量目標の設定に役立てることを目的とする。

【方 法】

2020年度、2021年度の2年連続受診者のうち、2021年度20歳以上80歳未満で、体重、BMI、血圧、血中脂質、血糖、肝機能のデータのあるもの7,371人（男4,316人、女3,055人）を対象に、2年間のデータをIDでひも付けをし、2020年度のBody Mass Indexによる肥満度3区分（やせ：BMI 18.5未満、適正：BMI 18.5以上25.0未満、肥満：BMI 25.0以上）と各種検査値（最大血圧

Yumiko MAKINO et al.

1) 公益財団法人ヘルスサイエンスセンター島根

2) 合同会社 DATA MILL

連絡先：〒693-0021出雲市塩冶町223-7

公益財団法人ヘルスサイエンスセンター島根