

日本人における肥満者の割合の経年的な変化

肥満は世界的な"流行"と言われ、先進国のみならず、発展途上国においてもその急速な増加が公衆衛生上大きな問題となっています。わが国でも、厚生労働省が推進する新しい国民健康づくり運動である「健康日本21」計画において、肥満のみならず若い女性のやせの問題も含めて、「適正体重を維持する人」を増やすことが目標の一つとなっています。この「健康日本21」における目標値を検討するための基礎データを得るため、国民栄養調査のデータを用いて、日本人における肥満の疫学的な記述を行いました。

Body Mass Index (BMI; 体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)) が25以上の人を肥満とし、1976年から2000年までの25年間の成人における肥満者の割合を、大都市・市部・町村部に分けて表すと下の図のようになりました。男性では、おしなべて肥満者の割合が増え、ここ20年程の間に約1.5倍となってきました。ここで、注目していただきたいことは、特に20～49歳の比較的若い層にお

いては、町村部での増加の速度が著しいということです。これには、食生活の変化だけではなく、特に農村部での仕事の身体活動の低下や車への依存傾向の増大が原因となっているかもしれません。一方、女性では特に若い人(20、30歳代)で、BMIの平均値の低下が著しいのですが、その傾向は大都市で顕著です。「スリム」であることに対する社会的意識や環境が、都市部と農村部では異なるのかもしれません。

出典：(1) Twenty-year changes in the prevalence of overweight in Japanese adults: The National Nutrition Survey 1976-95. Yoshiike N, Seino F, Tajima S, Arai Y, Kawano M, Furuhashi T, Inoue S: Obesity Reviews; 3: 183-190, 2002, (2) Epidemiology of obesity and public health strategies for its control in Japan. Yoshiike N, Kaneda F, Takimoto H: Asian Pacific Journal of Clinical Nutrition; 11(Suppl 8); S727 -31, 2002

肥満者 (BMI≥25) の割合の変化 (国民栄養調査1976～2000)

