

# 「小児肥満予防対策に関する研究」 の総括

分担研究者 村田 光範

要約：小児肥満を予防するには管理・指導すべき肥満を早期に捉えて対応することが重要である。小児肥満の初期を的確に捉えるには良性肥満と悪性肥満を鑑別すること、および体重の成長曲線を検討することが要点である。また、保健所における小児肥満対策を実効性のあるものにするには、保健所を基盤ためには保育所や幼稚園との連携を強め、さらに学校保健との有機的な結びつきを図る必要がある。これらの活動の成果をいかに評価するかがこの分担研究のもっとも大きな研究課題であると考えている。

見出し語：小児、良性肥満、悪性肥満、成長曲線、保健所、保育所、幼稚園、学校保健

## I 研究の必要な背景

小児期の肥満が社会的にも問題になって20年近くになる。管理が必要な小児期の肥満は多くが幼児期後半すなわち3歳から5～6歳ごろから発症してくるものである。このことを考えると、平成2年に厚生省が保健所における3歳児健診を基盤にをいた小児肥満予防教室の開設を通達したことは大変意義のあることだといえる。ただ残念なことはこの報告書にも見られるように、3歳児健診を基盤に立った小児予防教室が実効性のある形で十分に活動していないことである。

今回行った保健所での小児肥満予防教室についてのアンケート調査に基づいて現在の保健所を基

盤にした小児肥満予防教室が一部の例外はあるものの十分に活動していない原因を考えると、①予算、時間それに人員が不足している、②従来の3歳児健診の一環として肥満対策を行っているので、改めて小児肥満予防教室を開設していない、③乳幼児肥満対策に関して食事指導、運動指導など具体的な方策を立てることができない、④具体的な評価についての方法ははっきりしない、⑤現在幼児期の肥満に深い関心がないと言ったことが挙げられる。

小児期の肥満対策は幼児期から始めなくては本当の意味の予防対策にはならないことは、後で述べるように「良性肥満」と「悪性肥満」について

---

東京女子医科大学附属第二病院小児科；

(Department of Pediatrics, Tokyo Women's Medical College, Daini Hospital)

考えてみれば自明の事実である。このことから幼児期を中心とした小児肥満予防が具体的な成果を上げる道を拓くことは極めて有意義なことだといえる。

## II 研究上の問題点

この分担研究の研究協力者の方々は、小児肥満対策についての実践的な活動をすでに長年にわたって経験してきているので、小児肥満対策に関する問題の解決には最適な立場にあると判断している。しかし小児肥満予防教室を実効性のあるものにしていくには「肥満対策」ではなくて「肥満予防対策」でなくてはならない。小児期の肥満が急増し、社会的にも大きな問題になっていることから、多くの関係者はすでに肥満している小児に対する対応に追われている結果、肥満予防にまでなかなか手が回らなかったのが現状である。しかしこの研究では小児期からの肥満予防が研究の中心の問題であることから、この点に留意した研究を進める必要がある。この点について基本的な問題を次に挙げておきたい。

### 1 肥満を予防すべき対象の選択について

#### a 良性肥満と悪性肥満の鑑別

小児肥満の始まりの多くは幼児期である。幼児期の肥満には良性肥満と悪性肥満があることを認識しなくてはならない<sup>1)</sup>。表1に良性肥満と悪性肥満の特徴を挙げておいた。端的に言えば、良性肥満は乳児期に肥満していて幼児期になると軽度肥満か正常の上限ぐらいの体重で経過するものである。これに対して悪性肥満は2歳以後、とくに4、5歳から10歳ごろにかけてそれまで肥満していなかった小児が肥満し始めるものである。良性肥満は肥満として管理・指導をする必要がなく、

悪性肥満の初期を的確に捉えることが肥満予防の要である。

#### b 悪性肥満の初期の捉え方

小児は日々成長しているので個々の小児について体重の増加パターンを検討することが、悪性肥満の初期を捉えるもっとも良い方法である。個々の小児の体重の成長パターンを検討するためには体重の成長曲線作成図と個々の小児の経時的な体重測定値が必要である。

幼児期の体重成長曲線作成図は、厚生省の平成2年の乳幼児身体発育値に関する報告書<sup>2)</sup>の中に記載されている。

個々の幼児の経時的な体重測定は最近では最低1年間に3回ぐらい、多くは毎月といった頻度で行われており、体重の成長曲線を描くための資料に不足を感じることはないと言ってよい。

個々の小児の体重測定値を体重成長曲線作成図の上にプロットし、体重成長曲線基準曲線に比べて当該小児の成長曲線が上向きになってきた時点で、悪性肥満の始まりと捉えるべきである。このことをわかりやすく図に示しておいた。図中A型肥満は良性肥満に、B型肥満は悪性肥満に当たると考えてよい。これを客観的に評価するためにA型肥満は肥満度が30%未満で2年以上の経過を見ても肥満度の増加が10%以内のもの、B型肥満は肥満度いかに関わらず2年以内で肥満度が10%以上増加したものとしている。ちなみに図中のC型肥満は症候性肥満である。

悪性肥満の初期を的確に捉えるのは、B型肥満を早期に発見することである。

#### c 体重成長曲線作成の実際

##### 1) 手書きによる方法

体重成長曲線作成図に手書きで個々の小児の体

重測定値をプロットするのがもっとも実用的な方法である。この方法の欠点は1人の成長曲線を作成するのにかなりの時間が掛かることである。

## 2) パソコンを利用する方法

最近ではノート型の掲揚で形態に便利なパソコンが廉価でかつ高性能になり、個々の小児の体重の成長曲線の解析がこのようなパソコンを用いて容易に行えるようになった。このためのソフトを開発したので、これを用いた悪性肥満の初期の早期発見と、その後の管理・指導の効果判定に利用したいと考えている。

## 2 対応の実際

### a 保護者に対する健康教育

保健所における対応は3歳児健診時の対象の選別が最大の問題である。その後の対応は保育所や幼稚園と十分な連携をとることが必要である。この体制づくりができないと対象小児の継続的な指導が困難になり、この事業の目的達成の可能性が低くなると予想される。

幼児期の対応はもっぱら対象小児の保護者、とくに母親に向けられるべきである。保健所としては肥満児のみでなく、一般幼児の保護者を対象にした健康教室を設けるべきである。そこでは顧材の生活状況が持つ健康上の問題点を開設すると同時に、楽しい食事、運動の指導をする必要があり、このためには保健婦、栄養士、運動指導員、医師などが協同してカリキュラムを作成しなくてはならない。とくに運動指導にはビデオなどを有効に利用するのがよいと考えている。

### b 学校保健との連携

幼児期の肥満予防対策を有効に継続させるには学校保健と連携が重要である。現状では地域保険

としての保健所活動と学校保健が有機的に連携されているとはいいがたいので、この点は今後の大きな研究課題である。

## 3 評価について

この事業が小児の肥満予防に効果的であったかどうかを評価する必要がある。この評価には短期的なものや長期的なものがある。短期的な評価については体重の増加パターンの検討、保護者の意識改革、生活習慣の改善など比較的容易に行うことができるが、長期的な評価については当該小児が自立した生活をするようになる中学生から高校生になったときの予後が必要である。すでに一般的なこととしてこの予後について分かっていることは、男子に比べ女子の方が予後がよいということである。長期的な評価を行うための条件としてはまず第1に長期に亘る経過観察が必要なこと、第2に学校保健との緊密な連携が必須であることである。このためにこの分担研究としてはこの研究班の他の分担研究との連携も強くする必要があると考えている。

## III 行政上の問題点

平成7年から平成9年にかけて母子保健事業の多くが市町村レベルに移管されることになっており、保健所の事業として発足した「小児肥満予防教室」がどのようなかたちで地域の保健センターを中心とした事業に発展するかを考えることが必要である。この点も大きな研究課題である。

## 文献

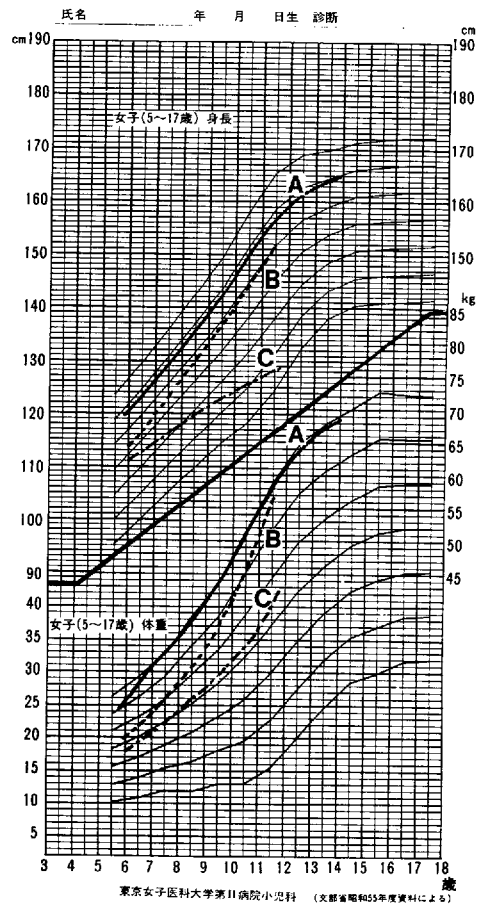
- 1) Bray, G.A.: Experimental and clinical forms of obesity. in The Obese Patient, Major

Problems in Internal Medicine Vol.IX,  
p.197, W.B.Saunders Co., 1976.

2) 高石昌弘編：乳幼児の身体発育値—平成2年厚生省調査。小児保健シリーズ No.38, 日本小児保健協会, 東京, 1992.

表 2 良性肥満と悪性肥満の特徴

検討項目	良性肥満	悪性肥満
発症年齢	2歳以前、多くは生後6ヵ月まで	2歳以後、多くは5~10歳頃
肥満の程度	軽度肥満か、体重は正常上限ぐらいて経過し、次第に増悪することはない	体重は正常上限をこえて、どんどん増加する傾向あり
運動	体を活発に動かす	体を動かすことが少ない
情緒	安定している	不安定である
脂質代謝	異常がない	異常を示すことが多い
成人病危険因子としての意義	小さい	大きい





## 検索用テキスト OCR(光学的文字認識)ソフト使用

論文の一部ですが、認識率の関係で誤字が含まれる場合があります



要約:小児肥満を予防するには管理・指導すべき肥満を早期に捉えて対応することが重要である。小児肥満の初期を的確に捉えるには良性肥満と悪性肥満を鑑別すること、および体重の成長曲線を検討することが要点である。また、保健所における小児肥満対策を実効性のあるものにするには、保健所を基盤ためには保育所や幼稚園との連携を強め、さらに学校保健との有機的な結びつきを図る必要がある。これらの活動の成果をいかに評価するかがこの分担研究のもっとも大きな研究課題であると考えている。