

北海道における保健所小児肥満予防教室の実態 と問題点 (分担研究：小児肥満予防対策に関する研究)

伊藤善也、奥野晃正

要約：我々は肥満予防教室の実態に関してアンケート調査を実施し、北海道内のすべての保健所（56 保健所）から解答を得た。教室を実施している保健所は 44 保健所であった。内容は施設間で差があったが、受講者には好評であった。しかし対象者を集めることが困難、指導・教育方法の指針を示して欲しいとする保健所が多かった。また受講者のうち追跡調査で肥満度が減少したものは少なかった。今後専門医療機関や教育機関と連携した指導体制を整えることが望まれる。

見出し語： 肥満、肥満予防教室、保健所、アンケート

【はじめに】

私たちは昨年の本研究において 3 歳児健診後に非肥満群から肥満群に移行する小児が多いことを明らかにした¹⁾。この結果から小児の肥満予防対策は 3 歳児健診後から就学前に行うのが最も効果的と考えた。一方北海道では厚生省の通達により平成 3 年度から保健所単位の事業として肥満予防教室が開かれており、その問題点が各保健所において明らかになりつつある。そこで我々は保健所における肥満予防教室についてアンケート調査し、現状を把握してその問題点を検討した。

【対象および方法】

北海道内の 56 保健所に対し、現在実施し

ている肥満予防教室に関するアンケートを郵送し、解答を得た。質問内容は肥満予防教室の実施の有無、対象者の年齢と選別方法、教室の内容と教室開催後の追跡調査の有無である。実施していない保健所に対してはその理由を質問した。

【結果】

北海道内の 56 保健所、すべてから解答を得た。そのうち 44 保健所 (78.6%) で肥満予防教室が行われていた。これらのなかで厚生省の通達による事業として行っているものが 39 保健所であった。

対象者は 3 歳から就学前 (6 歳) とするものが 16 保健所と最も多かった (表 1)。対象

旭川医科大学小児科

(Department of Pediatrics, Asahikawa Medical College)

者を選別している保健所は 28 施設 (63.6%) あり、そのうち 22 施設が Kaup 指数を選定の基準として用いており、肥満度 15 % 以上を選定基準とする保健所は全体で 2 施設に過ぎなかった。(表 2)。

肥満予防教室は運動指導と調理実習、栄養指導を中心に講演を加えた内容となっている

(表 3)。採血を行ない、脂質系および肝機能の検査を行っている施設は 1 つだけであった。教室は保健婦と栄養士が中心になって進められており(表 4)、医師を加えた 3 職種が総合的に取り組んでいるとする保健所は 10 に過ぎなかった。

表 1。対象年齢

保健所数		保健所数	
1.5-4歳	1	3-9歳	1
2-6歳	1	3-10歳	1
3-4歳	2	4歳	1
3歳	8	4-6歳	1
3-5歳	8	5歳	1
3-6歳	16	未記入	2
3-7歳	1		

表 3。教室の内容 (重複、未記入あり)

調理実習	14	栄養指導	11
運動	29	生活指導	8
講演	15	歯科指導	4
保育	2	医師診察	2

表 2。対象の選別

選別している：28 施設

Kaup指数で 22、	肥満度で 6
18.0以上 13	15%以上 2
18.5以上 2	20%以上 2
18.7以上 1	記載なし 2
19.0以上 4	
20.0以上 1	
記載なし 1	

表 4。教室を担当する職種 (重複解答)

医師	1 4
保健婦	3 4
栄養士	3 6
その他	3 2

これらの教室は受講した親に好評だったとする保健所が 30 あり、他はわからないと評価した。しかし受講後に追跡調査を実施している保健所は 12 と少なく、調査が可能であった 6 保健所について教室参加前後の肥満度の変動を検討すると 2% 以上の改善を示したものは 23 名中 9 名だけであった(表 5)。

事業を行うにあたり問題と感ずる点として親の意識と運営方法について多くの意見があげられた。すなわち1)親の意識：肥満に対する理解度が低い、無関心である、また肥満と言われることに抵抗がある、2)運営方法：指導法がわからない、運動指導を行う適当な施設がない、予算が少なく、専門講師を確保できない、1)にあげた理由から参加率が低い、といった内容の意見があげられた。

肥満予防教室を実施していない保健所は 12 あった。未実施の理由として事業となっていないとするところが多かったが、時間的、経済的、人的に余裕がない、対象者がいない、とするところもった(表 6)。3 保健所は今後導入していきたいという解答であった。

表 5。教室受講後の肥満度の変動

NO.	性	前	後	変動
1	M	99.0	94.9	-4.1
2	M	46.3	54.8	8.5
3	M	30.6	41.3	10.7
4	M	29.5	31.7	2.2
5	M	27.9	24.7	-3.2
6	M	25.9	24.7	-1.2
7	M	22.1	13.7	-8.4
8	M	20.5	26.5	6.0
9	M	17.8	22.1	4.3
10	M	15.0	15.0	0.0
11	F	57.9	63.3	5.4
12	F	48.5	34.9	-13.6
13	F	44.3	48.7	4.4
14	F	37.9	27.7	-10.2
15	F	35.0	51.0	16.0
16	F	34.3	36.5	2.2
17	F	32.7	30.5	-2.2
18	F	32.3	40.8	8.5
19	F	30.1	26.4	-3.7
20	F	29.3	41.8	12.5
21	F	26.2	21.7	-4.5
22	F	19.3	18.6	-0.7
23	F	17.3	14.3	-3.0
平均		33.9	35.0	1.1

表 6。教室未実施の理由(重複解答あり。)

事業とはなっていない	7
時間的に余裕がない	5
人員不足	4
対象者がいない	3
予算がない	3
指導法がわからない	3

【考案】

平成3年度から北海道の保健所では肥満予防教室が事業としてとり上げられ、3年目を迎えた今年度は44の保健所で肥満予防教室が開かれた。その内容をみると各保健所が保健婦や栄養士を中心に独自の、工夫したメニューで開催しており、受講者には好評であることが示された。

一方では開催にあたっていくつかの問題点が明らかになった。まず教室参加者をどのように選別するかということである。北海道には56の保健所があり、一保健所当たりの背景人口は平成2年度で平均10.1万人であるが、最少1.3万人から最多41.6万人まで幅広く分布している²⁾。したがって背景人口の多いところでは肥満児のみを対象としても対象数が多くなる。しかし背景人口が少ない地域では肥満度に関わりなく参加を呼びかけたり、対象年齢を広く取って参加者を確保しているのが現状である。このように対象者の選定にあたっては地域性を考慮した計画が必要である。

また円滑な運営を困難にする点として場所や器具を十分に準備できない、予算の都合上専門家を招請できないといった意見が多く出された。また開催する側として指導方法がわからず十分な教育ができないことを指摘する声も多かった。今後の肥満予防教室には実施方法や指導方法について指針を出すことや技術研修を含めた支援体制を確立していくことが望まれる。

私たちは今まで個人の肥満度は年齢によってかなり変化することを報告してきた^{3) 4) 5)}。

すなわち肥満を解消し、さらに成人期に向かって健康的なライフスタイルを形成するためには長期的な視野に立って小児期全般をみていかねばならない。そういう点で特に高度肥満児については肥満予防教室に受講後も追跡していく必要がある。ところが実際に受講した肥満児を経過観察している保健所は12に過ぎず、それらのなかでも肥満度が改善した小児は半数にも達していなかった。医療の監視が必要な小児を保健所のみで経過観察することは困難であろうから、専門医療機関との連携を積極的に推進しなければならない。また幼児期から児童期の肥満予防に円滑に移行するためには教育機関の健康教育と有機的に連結していくシステムの確立が必要であろう。

最後にどの保健所も肥満児を抽出して肥満予防教室への参加を呼びかけると多数の親が参加を拒否するということを指摘していた。共稼ぎが多く、日中に受講する時間がとれないことも一因であるが、成人病予防への関心や問題意識の低さ、成人病の危険因子としての肥満を軽視していることがあげられる。小児期から健康的なライフスタイルを形成するという観点から肥満予防教室を狭義の肥満改善をめざすものとしてではなく、健康教育の一環と位置付けていかねばならない。

【謝辞】

アンケート調査に解答頂きました北海道内の各保健所肥満予防教室担当者に感謝申し上げます。またアンケートの配布、収集に御協力下さいました旭川保健所普及課課長 村川 優一氏、同主査 片岡 茂之氏に深謝申し上げます。

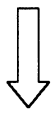
【参考文献】

- 1) 奥野晃正、他：小児肥満予防対策の適切な介入時期決定のための基礎調査：旭川市の健康小児を対象とする肥満度の疫学調査、厚生省心身障害研究「小児期からの成人病予防対策に関する研究」、平成4年度報告書。
- 2) 北海道保健環境部地域医療課：平成4年版 地域医療 行政概要(18号),p74-89。
- 3) 奥野晃正、他：旭川市および近郊8町における3歳児3,755人の肥満度について、厚生省心身障害研究「小児期からの慢性疾患予防対策に関する研究」、平成元年度報告書
- 4) 奥野晃正、他：年齢による肥満度の変化
1. 6歳から15歳における肥満度の推移 2. 3歳児検診後の経過、厚生省心身障害研究「小児期からの慢性疾患予防対策に関する研究」、平成2年度報告書。
- 5) 奥野晃正、他：小児期の肥満度の経年変化に関する研究：旭川地区における実態調査、厚生省心身障害研究「小児期からの慢性疾患予防対策に関する研究」、平成3年度報告書。



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:我々は肥満予防教室の実態に関してアンケート調査を実施し、北海道内のすべての保健所(56 保健所)から解答を得た。教室を実施している保健所は 44 保健所であった。内容は施設間で差があったが、受講者には好評であった。しかし対象者を集めることが困難、指導・教育方法の指針を示して欲しいとする保健所が多かった。また受講者のうち追跡調査で肥満度が減少したものは少なかった。今後専門医療機関や教育機関と連携した指導体制を整えることが望まれる。