

# 東京都の保健所における 小児肥満予防対策の実態について

(分担研究：小児肥満予防対策に関する研究)

村田光範 山崎公恵

**要約：**東京都の保健所を対象として、現在の小児肥満予防対策の実施状況をアンケート調査した。約6割の保健所で何らかの小児肥満予防対策が行われていたが、厚生省の通達に沿った形式は少なかった。小児肥満予防対策実施に際しては、時間・人員・予算等の不足を指摘するとともに指導上の教材を求める意見が多かった。今後効果的に小児肥満予防対策を実施するために、改善すべき点が明らかになったと考えられた。

見出し語：小児肥満 保健所 小児肥満予防対策

**【はじめに】**小児肥満に関する予防対策には様々な方法が考えられるが、平成2年6月に厚生省から「小児肥満予防教室」に関する通達が発せられたことを考慮すると保健所が行政上は小児肥満予防の第一線の現場とみなされる。現在保健所において、実際に行われている小児肥満予防対策の実態を知ることが、研究今後小児肥満予防対策に関するを進める上で重要と思われる。

**【目的】**東京都(23区・都下)の保健所・保健相談所で、小児肥満予防対策が実際にどのように実施され、また同対策事業の担当者および対象者にどのような要望や感想があるか、そして同事業を実施する上での問題点を知ることが目的とした。

**【対象および方法】**東京都所在の保健所・保健相談所計116か所を対象とし、表1に示したアンケートを用いて調査した。

アンケート配布・回収は郵送による。

**【結果】**結果の概要を表2に示した。アンケートへの解答を依頼した116施設中102施設(87.9%)からの解答が得られた。

解答が寄せられた102施設中59施設(57.8%)で何らかの小児肥満に対する予防対策を実施していたが、先に記した厚生省の通達に沿って「小児肥満予防教室」として実施している保健所は7カ所のみであった。また、小児肥満予防対策を実施していても、厚生省の通達を知らないと解答した

---

東京女子医科大学第二病院小児科

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

施設が16所あった。

小児肥満予防対策を実施している59保健所のほとんど(52所)が3歳児健診等の一般健診の一部として肥満予防対策を行っており、従って対象児はほとんどが1.5-3歳であった。健診に伴っての肥満予防対策ではほとんどの場合肥満児を選別しての個別指導が行なわれていた。

小児の肥満予防対策を健診の一環として行う場合も「小児肥満予防教室」として実施する場合も対象者・受講者の追跡や経過観察はほとんど行われていなかった。

肥満指導に際して行うこととしては19所から解答を得たうち13所で家族歴の聴取を行っていた。また、血圧測定が2所、検尿、皮脂厚測定が各1所で行われていた。なお、小児肥満予防対策を実施している全59保健所のうち、年長児で行われるような採血検査を行うところはなかった。

指導の主たる担当者は栄養士が圧倒的に多く、特に栄養指導は栄養士が行っていた。運動指導は実施している施設が少なく、「運動指導員」と解答したのは2所のみであった。生活指導は保健婦が担当することが多かったが、栄養士・医師も関与していた。

実際に小児肥満予防対策を行って問題となったこととしては、24所から解答を得たが、時間・人員の不足を解答する施設が多かった。また、受講者側の問題として、保護者の問題意識を喚起するまたは継続させるのが困難だとする回答が多かった(11/24)。その他、対象がいない(特に都心部)適切な指導方法がわからない(特に運動療法)、効果判定が困難等の回答があった。なお、指導するにあたって今後運動や調理のための設備、肥満・栄養・運動に関するビデオやパソコン用のソフト

を求める回答が目立った。

現在のところ小児肥満予防対策を行っていない保健所からの回答を表3に示した。該当保健所は43所で、回答が得られた保健所の42.2%であった。これらのうち13所から厚生省の通達を知らないとする回答を得たが、これは小児肥満予防対策を実施している保健所での通達の浸透率と比較して大きな差はなかった。

小児肥満予防対策を実施しない理由としては、時間・人員の不足とともに対象者がいないことを理由とする回答が多かった。また、小児肥満予防対策の必要性そのものを疑問視する回答を3所から得た。この43所のうち37所で今後も小児肥満予防対策実施の予定はないとのことであった。

【考案】東京都の保健所においては、平成2年の厚生省の通達に沿った形式での「小児肥満小児肥満予防教室」実施しているのは全体の1割未満であり、通達自体約1/4の保健所で知られていなかった。

しかし、厚生省の提示する形式に沿うかどうかは別として、6割近くの保健所において、小児の肥満に対して何らかの指導が行われていた。その多くは通常の乳幼児健康診査の場を利用して栄養士・保健婦が個別に対応していた。指導を行うに際して時間および人員の不足を問題とする保健所が比較的多かったが、これらは現在特に小児肥満に関する対策を行っていない保健所でも、同対策を行えない理由として挙げられていたものであった。

また、実際に指導するにあたって教材の少なさや、調理・運動のための場所の不足の指摘も多く小児肥満予防対策の充実のためには資材・設備の拡充が必要と考えられた。

なお、小児肥満予防対策の指導の対象となる保護者の側の問題として、保護者における小児の肥満が健康に影響を与えることについての認識が薄いこと、または自分のこどもが肥満といわれるのを嫌う保護者が多いとの指摘が見られた。一方、肥満対策指導が受講者に好評であり、母親たちの食生活を含む日常生活一般に関する認識が改善されたとする回答もあり生活環境や価値観が多様な対象者に対応することの困難さが窺われた。小児肥満予防対策を実施するに際しては、従来行われてきた指導のみでなく乳幼児の保護者への健康教育・啓発活動も必要と考えられた。今後の方針としてはほとんどの保健所が、現在小児肥満予防対策を実施しているか否かに関わりなく新たな方針を立てる予定はないとしていた。

【結論】東京都では現在のところ半数以上の保健

所で何らかの小児肥満予防対策が実施されている。

アンケートの回答としては時間・人員・予算・設備の不足を指摘する回答が目立った。特に運動指導は指導法がわからない、場所がない等の指摘が多く、ほとんど行われていないのが実情であった。今後保健所で小児肥満予防対策を行うにあたって対処しなくてはならない問題が多くあることが示唆された。

また、小児肥満予防対策はあくまで予防を重視したものであり、現在肥満しているか否かよりも小児期からの健康的なライフスタイルの確立が究極の目的であることを指導側・受講側両者が認識する必要がある。この認識が得られれば、肥満児がいらないので対象がない、肥満児といわれたくないなどの問題点は回答に挙がらなくなると考えられた。

表1

## 幼児肥満への対策について

保健所・保健相談所

(どちらかに○を付けてください)

(記入者のお名前と職種をお書きください)

◎ 保健所を基盤にした小児肥満予防教室に関する厚生省の通達をご存知ですか。

知っている

知らない

◎ 現在何らかの幼児肥満への対策を実施していますか。

A実施している

B実施していない

実施している場合はA, していない場合はBにお答えください。

A. 幼児肥満への対策を実施している場合

① 運営の実際について

㊸ 厚生省通達の小児肥満予防教室として実施している

㊹ 3歳児健診等における栄養指導あるいは保健指導の一環として実施している

② 対象は？

㊸ 年齢 \_\_\_\_\_ 歳

㊹ 肥満児だけを対象とした特別な指導枠を設けていますか

ア. いる いない (アで「いる」の場合イを記入してください)

イ. 個別 集団

肥満児だけを対象としている場合、どのような方法で肥満児を選別していますか。

肥満度

カウプ指数

その他 \_\_\_\_\_

(具体的に選別基準を記してください)

③ 肥満児対策の時間配分について

☆小児肥満予防教室として行っている場合

- ① 年何回行っていますか \_\_\_\_\_ 回
- ② 1回（または1コース）に費やす時間はどのくらいですか  
\_\_\_\_\_ 日間に \_\_\_\_\_ 時間
- ③ 指導した幼児の経過追跡は行っていますか。  
 いる  いない
- ④ 各対象者について継続的な指導を行っていますか。  
 いる  いない

☆3歳児検診等の一環として肥満の指導をしている場合

- ① 1回の指導に費やす時間はどのくらいですか \_\_\_\_\_ 時間
- ② 肥満の指導をした幼児の経過追跡は行っていますか。  
 いる  いない
- ③ 肥満幼児について継続的な指導を行っていますか。  
 いる  いない

④ 小児肥満対策の内容について

① 主に活動するのはどなたですか

専従医師  専従保健婦

専従栄養士  その他

その他の場合具体的に記してください \_\_\_\_\_

② 指導時に指導以外で行うこと（成人病に関する家族歴聴取・血圧測定など）がありましたら、記載してください

1.

2.

③ 幼児への対応の内容は？（主としてどなたがなさいますか）

- ・栄養指導はどうしていますか
- ・運動指導はどうしていますか
- ・生活一般の指導はどうしていますか

④ 採血等の医学的検査を行っていますか  いる  いない

⑤ 指導を受けたこどもの保護者からの反応はいかがでしょう

⑥ 今後どのような形式で小児肥満予防対策を行う予定ですか

・従来通り

・変更する予定がある

変更内容 1.

2.

3.

⑦ この対策を行うにあたって困難を感じた点があったら記してください

⑧ 小児肥満予防対策実施にあたって、現在必要と考えられる設備等があったら記してください

ご解答ありがとうございました。

B. 幼児肥満への対策を現在のところ行っていない場合

① 実施しない理由として当てはまるものを選んでください

(いくつ選んでも結構です)

① 時間的に無理

② 対象者がいない

③ 予算的に無理

④ 人員不足

⑤ 的確な指導方法がわからない

⑥ その他

② 今後、条件が整えば、幼児肥満への対策（指導）を実施する予定がありますか

・早急に実施したい

・当分実施の予定はない

③ 事業を実施する予定がある場合、特に必要と考えられる備品があったら記してください

ご解答ありがとうございました。

表2

『小児肥満予防教室』に関する  
東京都の保健所・保健相談所へのアンケートの結果

◎ 東京都所在の保健所・保健相談所	116
	( 23区内 82 ) ( 都下 34 )
解答が得られた施設	102 (87.9%)
◎ 何らかの小児の肥満予防対策を行っている施設	59 (57.8%)

<解答内容>

1. 厚生省の通達について

知っている 43/59 (72.9%)      知らない 16/59 (27.1%)

2. 小児の肥満予防対策実施の方法

『小児肥満予防教室』として実施      6/59 (10.2%)

一般健診の一部として実施      52/59 (88.1%)

上記の両方を実施      1/59 (1.7%)

3. 対象年齢

健診と同時に行う施設では      1.5歳      3歳  
小児肥満予防教室      3歳を中心に1-8歳

4. 肥満児用の枠

設けて指導している施設      9/59 (15.3%)

設けていない      50/59 (84.7%)

5. 個別指導か集団指導か

健診に伴う施設ではほとんどが個別

6. 肥満の判定方法について

21施設の解答が得られた

Kaup      17施設

肥満度      7施設

SDscore      2施設

成長曲線等を用いて成長パターンをみて判定する      3施設

7. 肥満児のための特別指導について（解答施設 8）

年1～2回, 1回に2～6時間（1～2日）行われている

ただし追跡・経過観察を行っている施設は少ない。

8. 健診における肥満児への指導はほとんどの施設で15～20分かけて個別に行われている。追跡・経過観察については7.と同様である。

9. 指導担当者（解答 53施設）

栄養士 51施設

保健婦 36施設

医師 10施設

運動指導員 1施設

歯科衛生士 1施設

10. 肥満指導に付随して行うこと（解答 19施設）

家族歴聴取 13施設

皮脂厚測定 1施設

生活習慣聞き取り 6施設

血圧測定 2施設

検尿 1施設

11. 栄養指導担当者：ほとんどの施設で栄養士によって行われている。

12. 運動指導担当者：行っていない 2施設

無回答 38施設

運動指導員 2施設

その他（保健婦, 栄養士, 等）

13. 生活指導担当者：保健婦・医師・栄養士

14. 採血実施施設：なし

15. 保護者の反応：解答に混乱があり, 指導担当者の感想を述べる解答が目立った。

16. 今後の予定：従来通りに実施 49施設

変更の予定 5施設

無回答 5施設

17. 小児肥満への対策を実施して問題となったこと（解答 24施設）

① 時間が不足（7）

② 対象がいらない（5）

③ 予算不足（4）

④ 人員不足（9）



- ⑤ 適切な指導方法がわからない (5)
- ⑥ 保護者の問題意識を喚起または継続させるのが困難 (11)  
(保護者がこどもを肥満と認めたがらない 3)
- ⑦ その他
  - ・効果判定が困難
  - ・学校や幼稚園と連携したいが・・・
  - ・肥満の判定基準がはっきりしない
  - ・運動指導の目安が欲しい

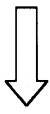
18. 今後必要と考えられるもの

- ・運動設備
- ・調理設備
- ・体脂肪測定計
- ・肥満・栄養・運動に関わるビデオ, パソコン用ソフト

表3

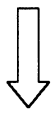
小児の肥満予防対策を行っていない施設 (43/102, 42.2%)

	yes	no	
厚生省通達を 知っている	30	13	必要性を疑問視 する解答 3
対策を行わない理由			
時間不足	18		
対象がない	16		
予算不足	6		
人員不足	17		
方法不明	9		
今後実施する予定	4	37	



## 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:東京都の保健所を対象として,現在の小児肥満予防対策の実施状況をアンケート調査した.約6割の保健所で何らかの小児肥満予防対策が行われていたが,厚生省の通達に沿った形式は少なかった.小児肥満予防対策実施に際しては,時間・人員・予算等の不足を指摘するとともに指導上の教材を求める意見が多かった.今後効果的に小児肥満予防対策を実施するために,改善すべき点が明らかになったと考えられた.