

小児肥満指導マニュアルの作成に関する報告

(分担研究：小児期からの成人病予防に関する研究)

山崎 公恵

平成7年度の本研究班の研究中、分担研究『小児肥満予防対策に関する研究』班で行われていた小児肥満指導マニュアルの作成が今年度から当研究班に移管された。昨年度までに集積された資料を編集し、現在さらに検討中である。

小児肥満，指導マニュアル

【小児肥満指導マニュアル作成の意義】

小児期の健康作りの一環として、小児における肥満予防の重要性が指摘されている。肥満予防は小児期早期特に幼児期から行われることが望ましいとされている。幼児期の健康教育の主体を担うのは保健所であり、平成2年6月に厚生省から保健所に向けて出された「小児肥満予防教室」に関する通達でも保健所を主体としている。

『小児肥満予防対策に関する研究』班では平成5年度の研究の一環として、東京都の保健所・保健相談所における小児肥満に関する予防対策の実態と問題点について調査・検討した¹⁾。保健所側から提起された問題点として、この対策の

ための人員・時間の不足とともに肥満幼児を指導する方法が確立していない、またはマニュアルがない、との指摘があった。

この調査結果を踏まえ、幼児期の肥満ないし肥満予防に対する指導方法について現在のわが国の小児科医の見解をまとめたマニュアルを作成し、行政面でも活用できるようにすることは焦眉の問題と考えられた。

上記の理由により、平成5年『小児肥満予防対策に関する研究』班は研究員が分担して幼児の肥満に関する指導の手引きを執筆し、マニュアル作成に備えた。このマニュアルは今後幼児の肥満指導に携わる医師・保健婦・看護婦等のガイドライ

東京女子医科大学第二病院小児科

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

ンとして有用と考えられる。

【小児肥満指導マニュアルの実際】

1. 構成

A. 総論, B. 予防, C. 肥満児対策, の3部分から構成される。ただし対象が生活歴が短く, 生活習慣も比較的単調な幼児であるため, BとCは双補的に使用されることになろう。

2. 内容

(1) 総論

幼児の肥満一般について(担当者:村田光範)

(2) 予防編

①早期発見

幼児期の肥満の判定法を成長曲線, 肥満度, 体格指数, 体脂肪率の各論点から説明する。特に保護者に肥満の程度が理解されやすく, 今後広く使用されることが期待される肥満度判定法の幼児編については詳述する。(担当者:大関武彦, 岡田知雄, 奥野晃正, 山崎公恵)

②予防対策の実際

すでに肥満している幼児への対応と重複する点が多いので(幼児では肥満していても積極的に減量を奨めることはしないため), 肥満児対策編で具体的に記す。

(3) 肥満児対策編

①誰が肥満児か

幼児の肥満は肥満体型であることが普通である乳児期に連続するものとして見逃されることが多い。特に保護者はわが子が肥満児として扱われるのを嫌う傾向がある。一部予防編と重複

するが, 幼児の肥満の客観的判定法について述べ, 肥満予防教室の対象者の選別の手引きとする。(担当者:奥野晃正, 衣笠昭彦, 山崎公恵)

②具体的な指導方法

a. 生活調査

肥満してしまった原因(食事過誤, 生活習慣の乱れなど)を分析する方法を述べる。個別の生活状況調査票, 食事調査票の実例を呈示する。

b. 食事指導

個々の幼児の生活の実情に添った指導が要求されると考えられる。調査票から個々の幼児の食生活の問題点を読み取るとともに, 幼児の保護者向けの食事指導の実際について紹介する。

またこども自身を教育する方法として, 自分で食品の組み合わせがチェックできるテーブルマットや易しい食品群分けのジグソーパズルが考案され紹介されている。(a・b担当者:坂本元子)

c. 運動指導

幼児は身体的に未熟で運動面でも稚拙であることを考慮し, 遊びの要素を取り入れた運動療法を紹介する。(担当者:岡田知雄)

d. 肥満に関連する医学的異常

<高血圧>

小児の血圧の測定方法, 高血圧の基準を説明する。高血圧を呈した小児の管理方法(基礎疾患の検査, 食事療法, 運動療法など)について解説する。(担当者:内山 聖)

<高脂血症>

血清脂質の意味, 肥満との関係について説明し比較的頻度が高い家族性高脂血症についても触れる。また高脂血症と生活習慣の関係について説明する。(担当者:本田 恵)

<糖尿病>

インスリン依存型糖尿病とインスリン非依存型糖尿病の相違を述べ、肥満に関連した糖尿病はインスリン非依存型であることを説明。糖尿病の合併症（主として網膜症・腎症）についても述べる。
（担当者：貴田嘉一）

<脂肪肝>

病態、診断に要する検査、肝機能異常の改善のさせ方について説明。（担当者：山崎公恵）

e. 地域保健との関連について

幼児肥満予防対策が地域保健の中で果たしうる役割をその実例をあげて説明する。役割は保健所と市町村とが担うことになる。
（担当：貴田嘉一，坂本雅子）

③肥満指導の評価について

評価の方法としては、指導後一定期間を経て肥満度が減少していること、保護者と本人の食事や運動などの生活習慣に関する意識が指導後に変化したことを確認することが挙げられる。

現在健康指導への介入効果について、わが国では十分な報告がないのが実情である。肥満小児の予後については、小児の肥満は高率に成人の肥満へと移行しているとの報告が出ている。肥満指導の評価とその方法については今後検討の余地のある問題である。（担当者：衣笠昭彦，坂本元子）

【小児肥満指導マニュアルの今後の展望】

小児肥満指導マニュアルは現在推敲段階にあるこれを実際の現場で使用し、使用しやすいかどうかを検討する必要がある。また、この小児肥満指導マニュアルによって行われた指導後の効果の評価することが今後の課題であろう。

引用文献

1) 村田光範，山崎公恵：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，厚生省心身障害研究「小児期からの健康的なライフスタイルの確立に関する研究」平成5年度研究報告書 p214



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



平成 7 年度の本研究班の研究中,分担研究『小児肥満予防対策に関する研究』班で行われていた小児肥満指導マニュアルの作成が今年度から当研究班に移管された.昨年度までに集積された資料を編集し,現在さらに検討中である.