

# すくすく5歳児健康診査

表3は小児の肥満と各検査項目には、どのような関係があるか調べました。一般的に成人の肥満の場合、高血圧症、糖尿病、高脂血症、心臓病などいろいろな生活習慣病の原因となるといわれますが、子どもの場合にはどうなのかを表3の6年間の平均値（肥満度20%以上の幼児のみ）と全体の平均値（今まで実施した幼児全員）をくらべると、最高血圧・最低血圧・総コレステロール・中性脂肪・動脈硬化化指数の項目で肥満の

## 肥満と各検査項目の関係

表2 親の体型と子どもの肥満度の関係 (単位：%)

年度	父親(63人)	母親(90人)	両親(28人)	一般(400人)
9	4.1	1.4	10.6	-1.6
10	1.8	3.7	-3.3	-1.7
11	1.9	3.8	13.3	0.1
12	4.6	2.3	9.9	0.0
13	-3.6	0.7	12.7	-3.0
14	2.6	7.0	5.7	-3.1
平均	1.66	3.10	8.28	-1.67

注：肥満度がプラスは肥満傾向が高く、マイナスはやせの傾向が低くなる

子どもたちが肥満してしまう原因の中に食傾向も重要な要因と考えられます。表4・表5で調べてみましょう。  
おやつではスナック菓子や甘いおやつの摂取が一般群より多く、食事内容では、肉の加工食品やインスタント食品、ファーストフードを利用することが多いようです。結果、糖分過多、脂肪分の過剰摂取によるカロリーオーバーが考えられます。食べ方では、丸のみしがちや早食いの者の割合が高いことも肥満の原因であると考えられます。

## 肥満と食傾向

幼児の場合にはより異常値に近いという結果が出ました。  
つまり子どもの場合でも、大人と同じ様に肥満しているという事は、より生活習慣病の予備軍となりやすいといえます。  
小児肥満においては、なるべく早くうちに家族ぐるみで予防・改善が必要です。

表3 肥満度20%以上の幼児の検診結果

年度	最高血圧	最低血圧	総コレステロール	HDLコレステロール	中性脂肪	動脈硬化化指数
9	114	65	177	48.7	208	2.7
10	112	61	198	48.3	202	3.1
11	99	53	172	57.7	129	2.1
12	97	55	164	55.4	139	2.1
13	102	57	180	48.6	167	2.8
14	109	62	173	52.2	134	2.4
6年間の平均値	105	58	176	51.8	161	2.5
過去582人の平均値	96	52	165	54.0	102	2.2

表4 子どもたちの肥満

● 小児肥満と食傾向について  
おやつの摂取状況  
・スナック菓子、ビスケット、プリン、ゼリーを好んで食べる子どもがやや高く、あめ・ガムは低い

	スナック菓子	プリン・ゼリー	あめ・ガム
問題群	82.4%	55.9%	29.4%
一般	64.9%	42.1%	38.4%

・おやつの時間が決まっている者の割合がやや低い

	問題群	一般
	32.4%	37.5%

続いて、まだまだ異常の出現率が高い高脂血症（総コレステロール・中性脂肪・動脈硬化化指数）については、総コレステロールが高い幼児だけは肥満度に有意差はなく、体型だけでは判断できないことがわかりました。  
高脂血症と食傾向についてはどのような関係があるか表6・表7をご覧ください。  
高脂血症の子どもの食傾向は、外食・ファーストフードの利用、おやつの時間が決まっていな

## 高脂血症について

表5 食事の摂取状況

・肉の加工食品を好む者の割合がやや高い

問題群	61.8%
一般	48.4%

・ファーストフードを月2~3回以上利用する者の割合がやや高い

問題群	67.6%
一般	55.0%

・インスタント・レトルト食品、調理済み食品を週2~3回以上食べる者の割合が高い

問題群	94.1%
一般	80.3%

・食べ方については、丸のみとが早食いの者の割合が高い

	丸のみがち	早食い
問題群	17.6%	21.7%
一般	4.6%	5.9%