



74巻6号



肥満とやせ

現代における疾病構造の変化に伴い、生活習慣病はわが国最大の健康課題となりました。平成20年には、これらの生活習慣病を予防するために、国民一人ひとりが自らの生活習慣を改善するという「行動変容」に着目した特定健診・特定保健指導が開始されました。

これらの施策の柱となった「メタボリックシンドローム」という言葉は、いまや国民一般に広く普及しており、「メタボ解消」などのキャッチフレーズとともに、腹腔内脂肪の減少を意識したさまざまな取り組みが各分野で行われています。

実際、平成20年に実施された国民健康・栄養調査結果によれば、平成12年以降の年次推移において、男性の20～60歳代では肥満者(Body Mass Index; BMI $\geq$ 25)の割合の増加が、それ以前の5年間に比べ鈍化しています。

一方で、近年、若い女性のやせ志向や無理なダイエットの問題も指摘されています。先の調査結果においても、女性におけるやせの者(BMI $<$ 18.5)の割合は1割を超えていますが、その12.6%がさらに体重を減らそうとしています。また、年次推移においても20歳代の女性のやせは横ばいとなっています。

本特集では、肥満の現状、肥満者への保健指導や肥満症に対する治療法の最前線に迫るとともに、やせの健康影響にも焦点を当て、日本人の体格と健康について考えます。