

審査の結果の要旨

氏名 井上 まり子

本研究は、日本の20代から60代の労働者男女を対象にした2年間のBody Mass Index (BMI) 追跡研究である。肥満と痩せの予防や改善に重要であると考えられる体重認識および生活習慣に関して追跡調査の起点である2004年に情報を得、2006年でのBMI変化量との関連について分析を試み、下記の結果を得ている。

1. 体重認識では男女ともに約59%の者が自らを「太っている」と認識していた。自分の肥満度と体重認識が合致している者は男性の3,698人(61.3%)、女性の10,146人(54.6%)であった。肥満度と体重認識の合致度に関してkappa係数を用いて分析した結果、合致度は男女で異なっており、合致度は女性で低い傾向がみられた。特に女性は若い年齢階級ほど合致度が低いという特徴があった。
2. 体重認識で「太っている」と認識している群ほど、男性では2年間のBMIが減少し、女性ではBMIが増加しない傾向を認めた。体重認識が実際のBMI変化に及ぼす影響を示唆している。
3. 2年間の追跡調査において、著しくBMIが増加した者(増加群)と、殆ど変化がなかった者(微動群)とを比較した。増加群と微動群の二値変数を従属変数とし、体重認識と生活習慣を独立変数とした多重ロジスティック回帰分析を行い、男女別に検討した。微動群と比較した場合の増加群の特徴は、男性では年齢が若い、運動習慣がない、趣味がない、家族と食事をとらない、飲酒習慣がない者であった。女性では年齢が若い、2004年時のBMIが高い、睡眠時間が短い、朝食を摂らない、塩分摂取が多い、非喫煙者と比較した場合の喫煙者、体重認識が「ちょうどよい」と思う者と比較した場合の「太っている」と思う者であった。男女いずれも年齢が若い者で著しい増加がみられた。また、男性では運動習慣がないことや、趣味や家族との時間が持てないといった時間的余裕が関連している可能性があった。女性では睡眠時間が短い者や朝食を抜く者でBMIが増加することが特徴的であった。
4. 2年間の追跡調査において、著しくBMIが減少した者(減少群)と、殆ど変化がなかった者(微動群)と比較するため、増加群と同様の多重ロジスティック回帰分析を行い、男女別に検討した。微動群と比較した場合の減少群の特徴は、男性では、2004年のBMIが高いこと、睡眠時間が長いこと、飲酒習慣がないことであった。女性では、年齢が若いこと、2004年のBMIが高いこと、運動習慣があること、飲酒習慣がないこと、非喫煙者と比較した場合の喫煙者であった。睡眠時間が長い男性や、運動習慣がある女性でBMIの著しい減少がみられたのが特徴的であった。

5. BMI の著しい増加と減少の両方に関係していたのは、男性で飲酒習慣がないことであり、女性では、年齢が若いこと、2004 年の BMI が高いこと、非喫煙者と比較した場合の喫煙者であった。男性ではある程度の飲酒習慣がある者で著しい増減は抑えられることが示唆された。また、女性では若年層や BMI が高い者の体重の著しい変動に注意すると共に、喫煙者に関して BMI の変化にも着目した健康指導を行う必要があると考えられた。

以上、本論文では日本の労働者の BMI を 2 年間追跡調査した結果から、体重認識の違いによる BMI 変化量の差を明らかにした。実際の BMI 変化に対して体重認識が及ぼす影響を追跡調査によって示したことから、今後、体重認識を適正に把握させることで正しい体重管理への応用が期待できる。また、BMI が著しく変化した者について生活習慣を分析した結果、食生活と運動習慣、睡眠時間をはじめとするよい生活習慣を持たない者で著しい BMI 増減がみられた。

本研究は、職員の多数の労働者を対象にして、体重認識ごとにその後の BMI を追跡調査した初めての研究である。今後の肥満や痩せの予防に体重認識を用いて予防介入できる可能性を示唆しており、職域での公衆衛生活動への貢献が期待できる。よって学位の授与に値するものと考えられる。