

肥満症の認知状況に関する アンケート調査 《速報》

2016年9月29日

一般社団法人 日本肥満症予防協会

【アンケート内容】

- ①医療従事者 / 保健指導従事者対象
- ②一般生活者対象

【調査方法】

インターネット調査

【調査時期】

第1回 2016年9月

1.肥満症の認知状況と取り組みに関するアンケート調査

～医療従事者／保健指導従事者対象～

■調査期間:2016年9月12日(月)～19日(月)

■調査方法:インターネット調査

(糖尿病ネットワーク・保健指導リソースガイド、生活習慣病予防協会等のメルマガ会員)

■有効回答数:211名

■調査委託先:株式会社創新社

【属性】

■ 性別

男性	14%(29名)
女性	86%(182名)

■ 年齢

40歳代	32%(68名)
50歳代	32%(68名)
30歳代	20%(42名)
60歳代	7%(15名)
20歳代	6%(12名)
60歳代以上	3%(6名)
20歳代以下	(0名)

■職種

保健師	31%(65名)
看護師	27%(57名)
管理栄養士・栄養士	24%(51名)
医師	9%(19名)
薬剤師	6%(6名)
臨床心理士	0%(1名)
臨床検査技師	0%(0名)
その他	(12名)

- ・会社員
- ・理学療法士
- ・健康運動指導士 3
- ・ヘルスケアコーチ
- ・医療経営コンサル
- ・理学療法士
- ・カウンセラー
- ・行政事務
- ・看護教員

■勤務先

企業・産業保健関係	28%(59名)
診療所・クリニック	15%(32名)
私立病院	14%(29名)
国公立病院	9%(18名)
健診施設・人間ドック	9%(18名)
保健行政関係	8%(17名)
大学病院	6%(13名)
その他	12%(25名)

- ・大学・教育機関（4名）
- ・介護老人施設（4名）
- ・健康増進施設・スポーツクラブ（4名）
- ・健康保険組合（3名）
- ・調剤薬局（2名）
- ・監査法人／社会福祉法人
- ・退職後のボランティアカンセラー
- ・独立行政法人病院の健診センター

■【医療関係者のみ】お勤めの診療科（91名）

糖尿病・内分泌内科	32%(33名)
一般内科	31%(32名)
腎臓科・透析内科	3%(3名)
循環器内科	3%(3名)
産科・婦人科	2%(2名)
肥満外来	1%(1名)
小児科・小児内分泌内科	1%(1名)
精神科・心療内科	(0名)
その他	27%(28名)

- ・薬剤部
- ・脳外科単科
- ・歯科口腔外科
- ・主に外科
- ・脳神経外科
- ・栄養管理部
- ・総合心療科
- ・リハビリテーション科
- ・透析
- ・全科
- ・血液内科
- ・脳神経外科
- ・健康管理室
- ・健診センター

Q1.「肥満」と「肥満症」の違いをご存知ですか？（n=211）

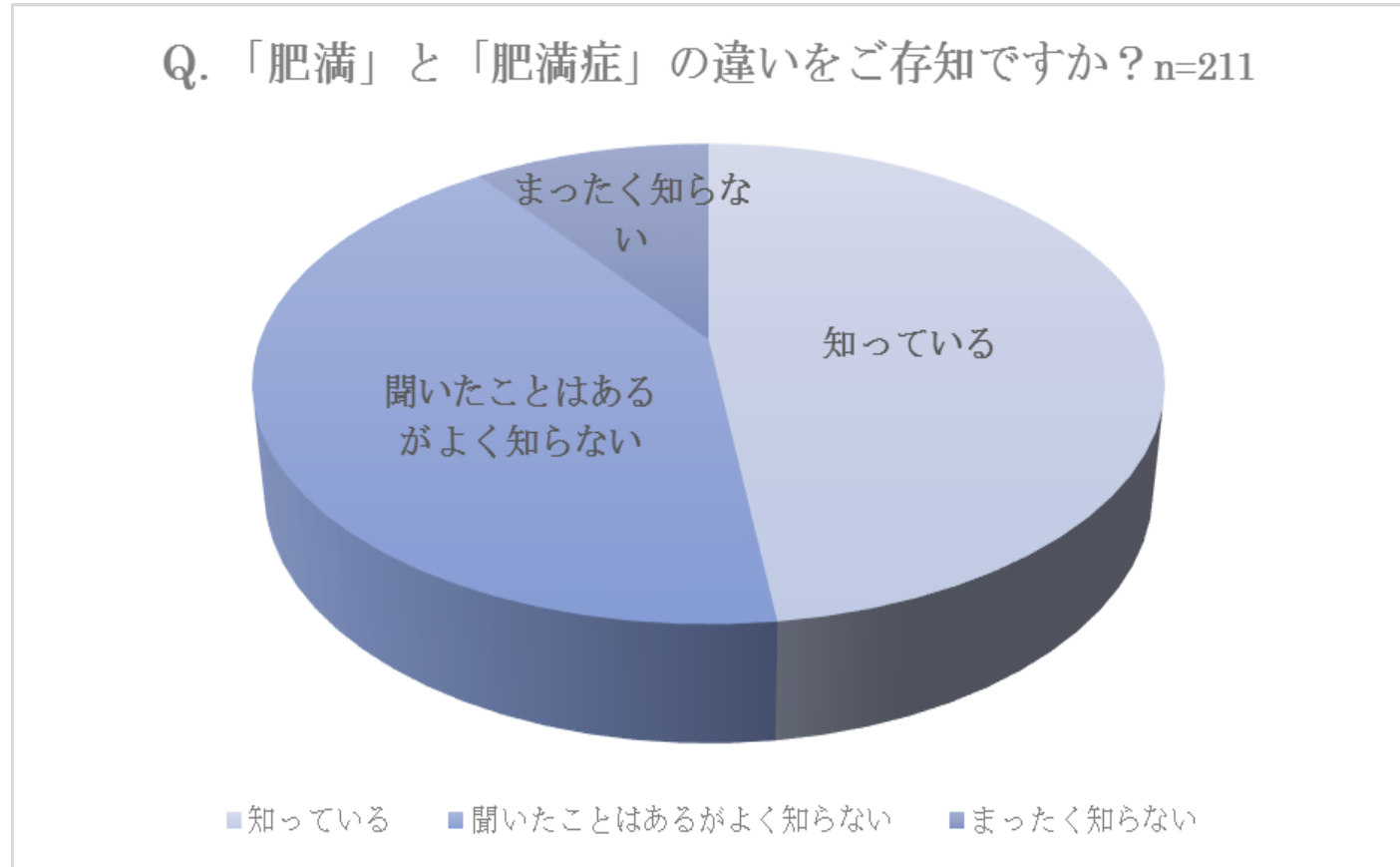
知っている 48%(101名)
聞いたことはあるがよく知らない 42%(87名)
まったく知らない 10%(21名)

【医療従事者のみ n=91】

知っている 53%(48名)
聞いたことはあるがよく知らない 38%(35名)
まったく知らない 8%(7名)

【保健指導従事者のみ n=120】

知っている 44%(53名)
聞いたことはあるがよく知らない 44%(53名)
まったく知らない 12%(14名)



Q2. 「内臓脂肪型肥満」は、腹部CTにより測定した内臓脂肪面積が100平方cm以上のときを示します。 これについてご存じですか？ (n=211)

知っている 81%(168名)
知らなかった 19%(40名)

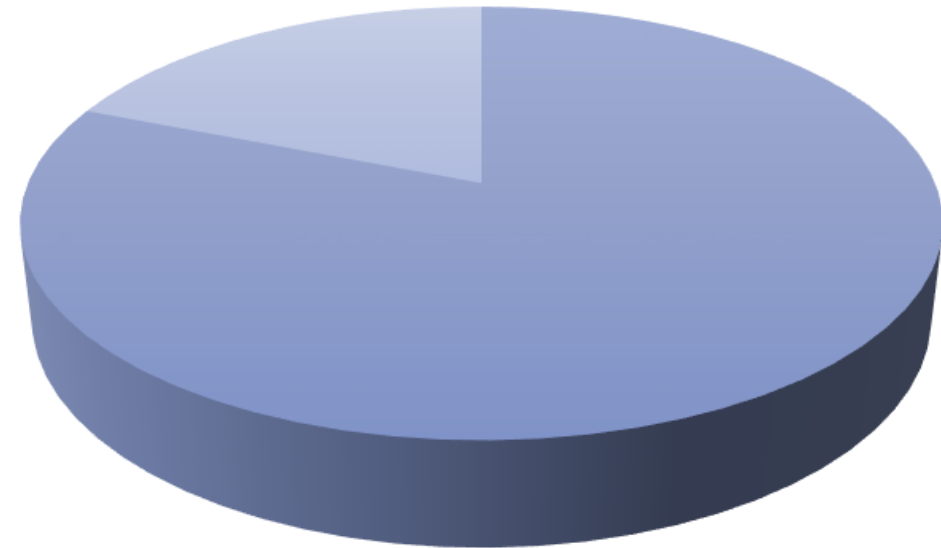
【医療従事者のみ n=91】

知っている 80%(73名)
知らなかった 20%(18名)

【保健指導従事者のみ n=120】

知っている 79%(95名)
知らなかった 21%(25名)

Q. 内臓脂肪型肥満は、内臓脂肪面積が100平方cm以上を示すことをご存知ですか？ (n=211)



■ 知っている ■ 知らなかった

Q3. 日本人の肥満の定義はBMIいくつ以上かご存じですか？ (n=211)

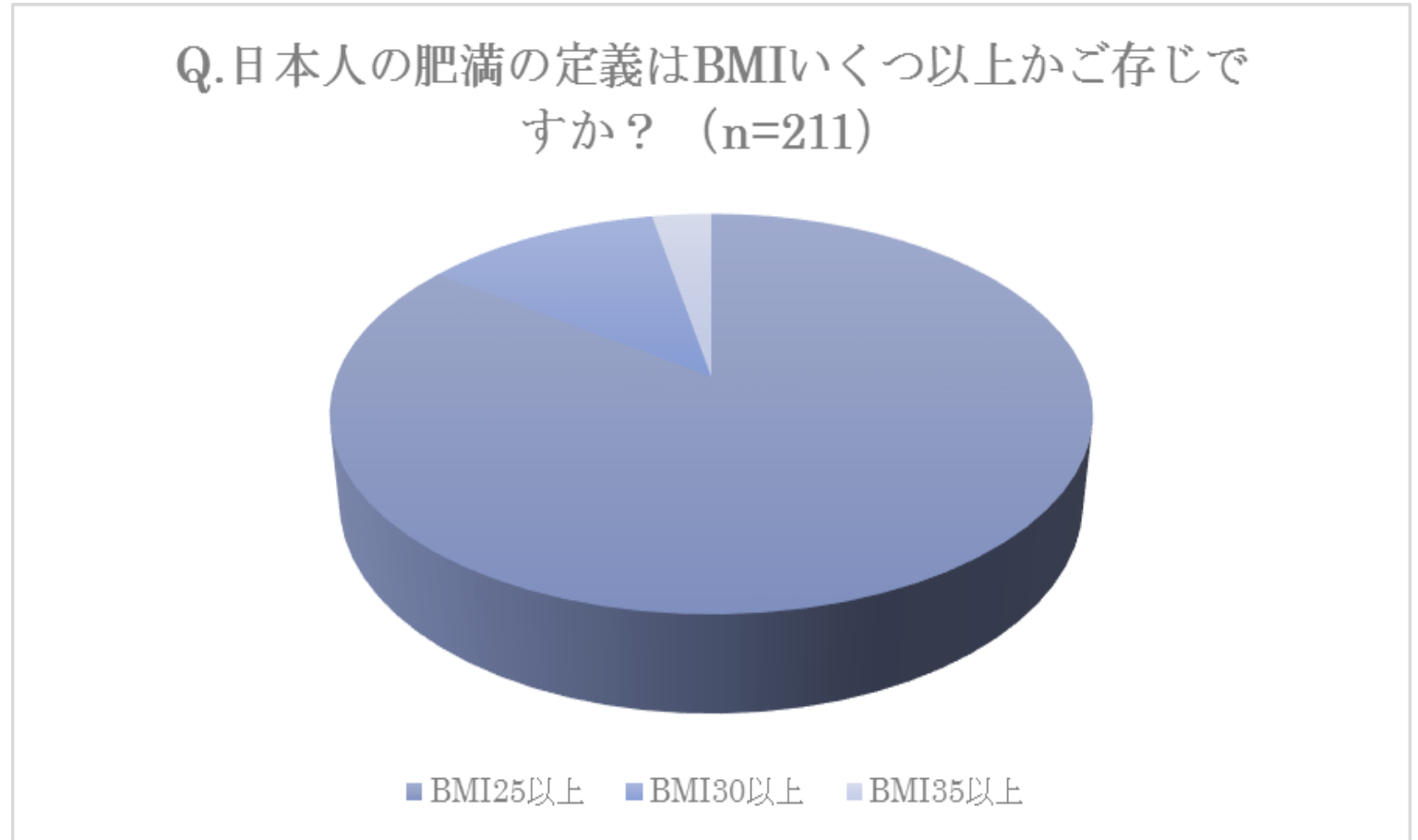
BMI25以上 85%(178名) 正解！
BMI30以上 12%(26名)
BMI35以上 3%(7名)

【医療従事者のみ n=91】

BMI25以上 79%(72名) 正解！
BMI30以上 13%(12名)
BMI35以上 7%(6名)

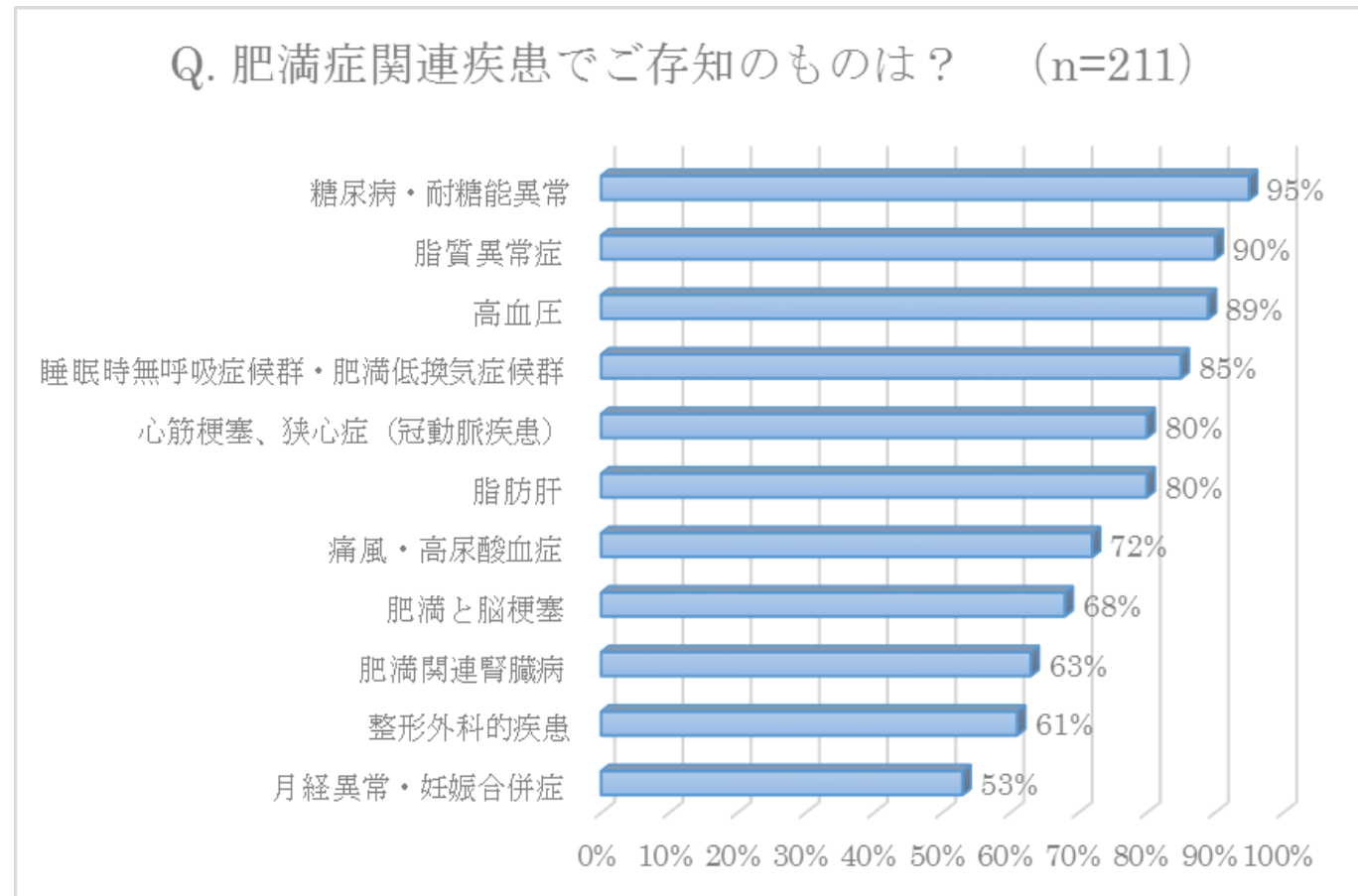
【保健指導従事者のみ n=120】

BMI25以上 88%(106名) 正解！
BMI30以上 11%(13名)
BMI35以上 1%(1名)



Q4. 肥満とともに11 の関連疾患のうち1つ以上を併発している場合、肥満症と診断されます。肥満と関連する疾患としてご存知のものにチェックしてください。(n=211複数回答可)

糖尿病・耐糖能異常 95%(198名)
 脂質異常症 90%(188名)
 高血圧 89%(187名)
 睡眠時無呼吸症候群・
 肥満低換気症候群 85%(177名)
 心筋梗塞、狭心症(冠動脈疾患)80%(167名)
 脂肪肝 80%(167名)
 痛風・高尿酸血症 72%(151名)
 肥満と脳梗塞 68%(143名)
 肥満関連腎臓病 63%(131名)
 運動器疾患 61%(127名)
 月経異常・妊娠合併症 53%(111名)



【医療従事者のみ n=91】

糖尿病・耐糖能異常	91%(82名)
脂質異常症	89%(80名)
高血圧	82%(74名)
睡眠時無呼吸症候群・肥満低換気症候群	80%(72名)
心筋梗塞、狭心症(冠動脈疾患)	74%(67名)
脂肪肝	72%(65名)
痛風・高尿酸血症	64%(58名)
肥満と脳梗塞	62%(56名)
肥満関連腎臓病	53%(48名)
運動器疾患	53%(48名)
月経異常・妊娠合併症	48%(43名)

【保健指導従事者のみ n=120】

糖尿病・耐糖能異常	97%(116名)
脂質異常症	95%(113名)
高血圧	91%(106名)
睡眠時無呼吸症候群・肥満低換気症候群	88%(105名)
心筋梗塞、狭心症(冠動脈疾患)	86%(102名)
脂肪肝	84%(100名)
痛風・高尿酸血症	78%(93名)
肥満と脳梗塞	73%(87名)
肥満関連腎臓病	70%(83名)
運動器疾患	66%(79名)
月経異常・妊娠合併症	57%(68名)

Q5. 患者さんや対象者と対面する際、「肥満」の状態について、どのようなことをチェックしますか？(n=211複数回答可)

BMI	92%(192名)
体重	82%(172名)
内臓脂肪面積	49%(103名)
見た目	28%(58名)
その他	22%(47名)

- ・腹囲 (17名)
- ・体脂肪率 (8名)
- ・体重の変動 (7名)
- ・健診項目/検査データ (6名)
- ・生活習慣 (2名)
- ・ADLの状態から筋肉量を考える
- ・肥満が関与する疾患
- ・四肢と筋肉の状態
- ・睡眠状態
- ・膝痛、腰痛
- ・浮腫の有無・程度
- ・筋肉量、体カテスト
- ・歩き方、靴、体のバランス

【医療従事者のみ n=91】

BMI	89%(81名)
体重	85%(77名)
内臓脂肪面積	46%(42名)
見た目	25%(23名)
その他	18%(16名)

【保健指導従事者のみ n=120】

BMI	94%(111名)
体重	81%(95名)
内臓脂肪面積	52%(61名)
見た目	30%(35名)
その他	26%(31名)

Q6. 日頃の業務において、内臓脂肪に着目して診療や指導を行っていますか？ (n=211)

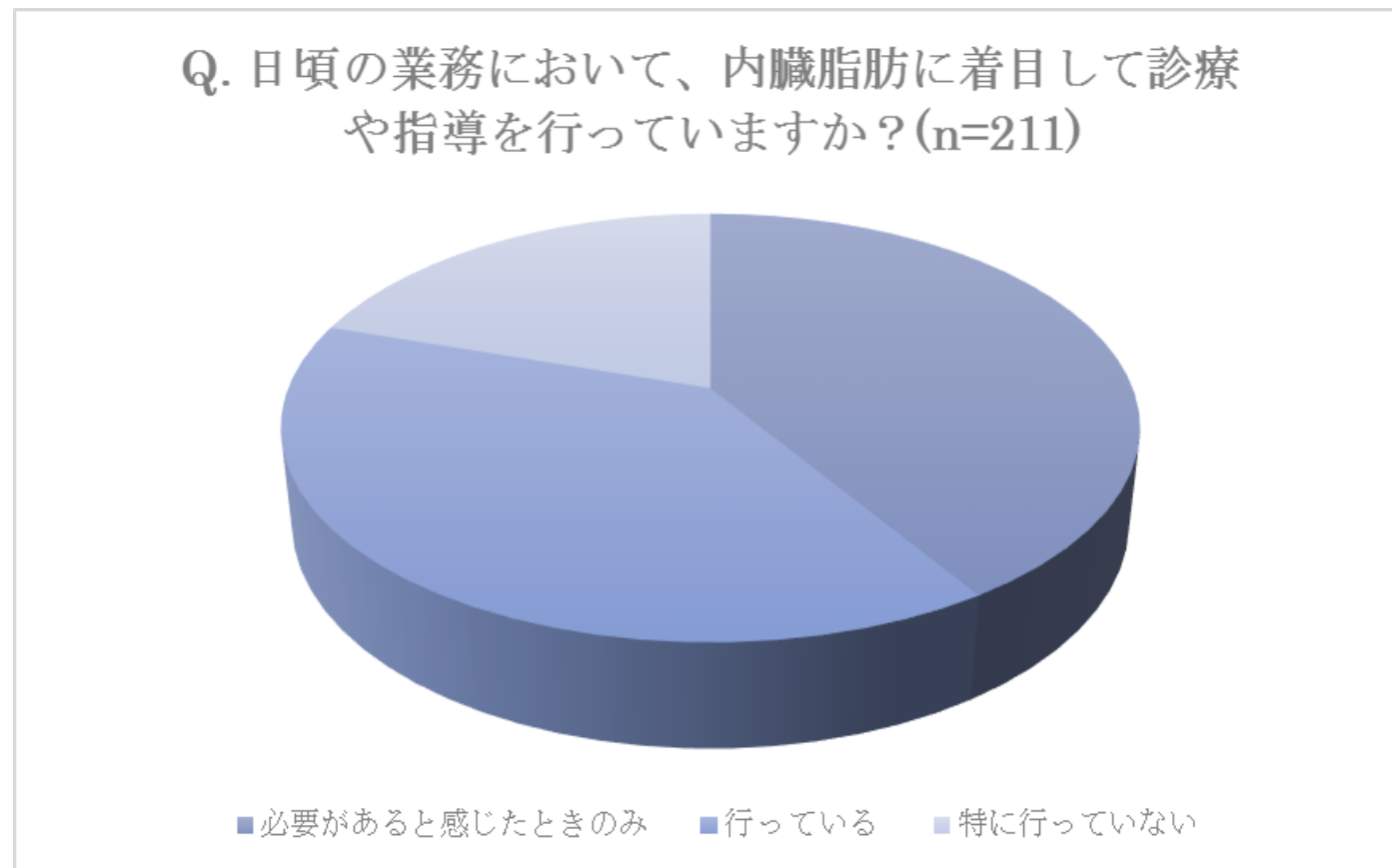
必要があると感じたときのみ	41%(87名)
行っている	39%(82名)
特に行ってない	20%(41名)

【医療従事者のみ n=91】

必要があると感じたときのみ	43%(39名)
行っている	35%(32名)
特に行ってない	22%(20名)

【保健指導従事者のみ n=120】

行っている	42%(50名)
必要があると感じたときのみ	40%(48名)
特に行ってない	18%(21名)



Q7. (Q11で「行っている」「必要があると感じたときのみ」と答えた方) 具体的にはどのような取り組みを行っていますか？ (n=170複数回答可)

生活習慣についての聴き取り	84%(142名)
メタボリックシンドロームの関係を説明	70%(119名)
内臓脂肪に注意する意義を説明	53%(90名)
肥満症(内臓脂肪と関連疾患)について説明	46%(78名)
内臓脂肪を指標に減量を指導	35%(59名)
内臓脂肪の測定を勧めている	16%(27名)
その他	4%(7名)
・体重・腹囲の測定と自己管理	
・AST.ALT.γ-GTについて説明	
・関節痛の軽減に内臓脂肪の減量の説明	
・栄養・運動指導	
・腹筋による呼吸法	
・過去の体重変化についての聴き取り	
・BMI	

Q8. 貴施設で内臓脂肪量の測定を行う場合、主に次のどの方法を用いておられますか？ご存知の範囲でお答えください。（複数回答可 n=211）

体重・体組成計による内臓脂肪レベルの推定	51%(108名)
無回答／行っていない	33%(69名)
X線CT	20%(43名)
内臓脂肪測定専用の医療機器	9%(18名)
MRI／NMR-CT	7%(15名)
その他	1%(3名)

【医療従事者のみ n=91】

体重・体組成計による内臓脂肪レベルの推定	58%(53名)
X線CT	34%(31名)
無回答	16%(15名)
内臓脂肪測定専用の医療機器	12%(11名)
MRI／NMR-CT	8%(7名)
その他	8%(7名)

【保健指導従事者のみ n=120】

体重・体組成計による内臓脂肪レベルの推定	48%(55名)
無回答	29%(34名)
X線CT	13%(16名)
内臓脂肪測定専用の医療機器	10%(12名)
MRI／NMR-CT	7%(8名)
その他	6%(7名) ¹⁷

Q9. 日本肥満学会から「肥満症診療ガイドライン2016」が公表されましたが、ご存知ですか？ (n=211)

知らない	46%(92名)
聞いたことはある	34%(69名)
知っている	20%(41名)

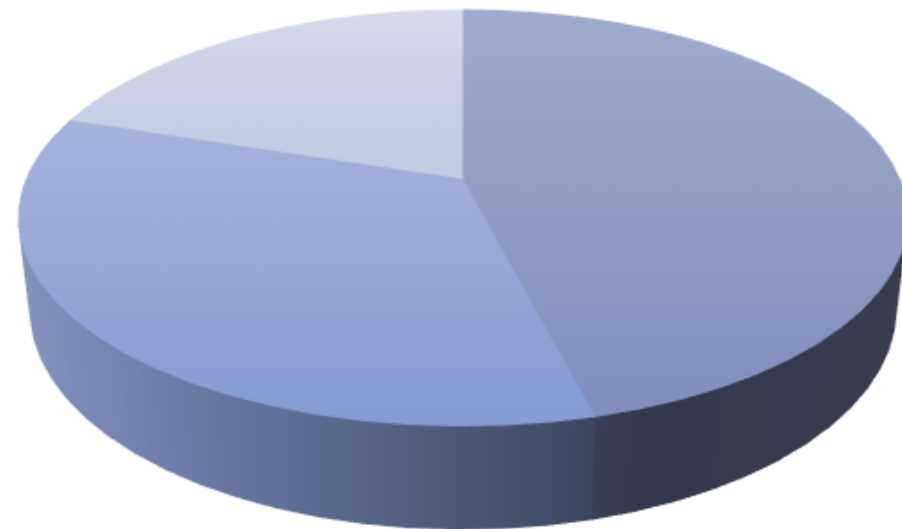
【医療従事者のみ n=91】

聞いたことはある	42%(38名)
知らない	35%(32名)
知っている	23%(21名)

【保健指導従事者のみ n=120】

知らない	58%(69名)
聞いたことはある	28%(31名)
知っている	18%(20名)

Q. 「肥満症診療ガイドライン2016」をご存知ですか？ (n=211)



■ 知らない ■ 聞いたことはある ■ 知っている

Q10.【保健指導スタッフ向け】

貴施設の対象者は、どのような方が内臓脂肪の測定を行っていますか？
(n=120複数回答可)

患者さん、対象者の希望があったとき	46%(55名)
BMIが高い方	39%(47名)
腹囲が基準以上の方(男性85センチ以上、女性90センチ以上)	36%(43名)
耐糖能異常、高血圧、脂質異常がみられる方	31%(37名)
基本的にすべての対象者	26%(31名)
その他	14%(17名)
・測定していない(10名)	
・医師の指示があったとき(3名)	

Q11. 減量指導や保健指導を行う際に、必ず伝えていることはどれですか？ (n=178複数回答可 無回答者33名)

日常生活の身体活動(歩く、階段、家事など)に関する事	81%(144名)
間食、夜食に関する事	80%(143名)
食事の質(バランス)に関する事	78%(138名)
食事の食べ方(食べる順番の工夫、スピードなど)に関する事	76%(136名)
体重測定の継続に関する事	74%(132名)
食事の量(カロリー)に関する事	72%(128名)
食事の時間(規則正しく)に関する事	69%(123名)
運動習慣(スポーツ)に関する事	63%(112名)
飲酒習慣に関する事	58%(104名)
特定の食品に関する事	10%(18名)
その他	5%(9名)

- ・筋力レベル、疼痛に応じた運動の指導
- ・指導プログラムにそった指導を行っている。上記項目が該当する場合には伝えている。
改善目標にするのは1から3項目にしている。
- ・糖質の量
- ・データ記録 グラフ化の実践
- ・必要な人には必ず伝えるが、間食、飲酒、食習慣など対象者により必要なことをアセスメントしてから指導するので、一律に必ず伝えるものではないと思う。
- ・早食いしない
- ・その方に合わせているので必ずと決めていることはありません
- ・自分へのご褒美を決めておくこと

2.肥満症に関するアンケート調査

～一般生活者対象～

■調査期間:2016年9月7日(水)～9日(金)

■調査方法:インターネット調査

■有効回答数:265名

■調査委託先:株式会社インテージ

【属性】

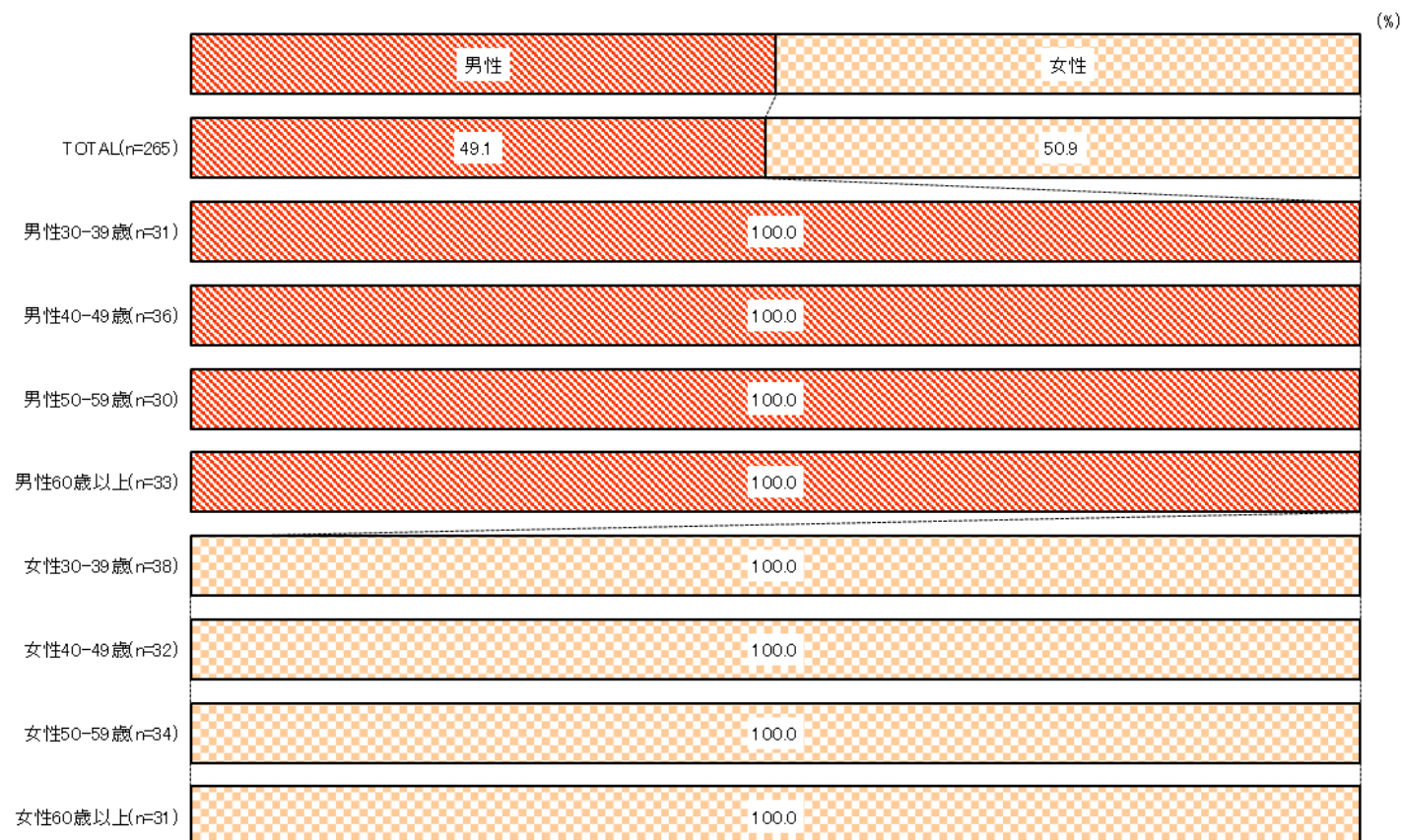
■性別・年齢

(%)

	n=	男性	女性
TOTAL	265	49.1	50.9
男性30-39歳	31	100.0	0.0
男性40-49歳	36	100.0	0.0
男性50-59歳	30	100.0	0.0
男性60歳以上	33	100.0	0.0
女性30-39歳	38	0.0	100.0
女性40-49歳	32	0.0	100.0
女性50-59歳	34	0.0	100.0
女性60歳以上	31	0.0	100.0

F2 性別を教えてください。(回答は1つ)

【表例】*性別×年代



【属性】

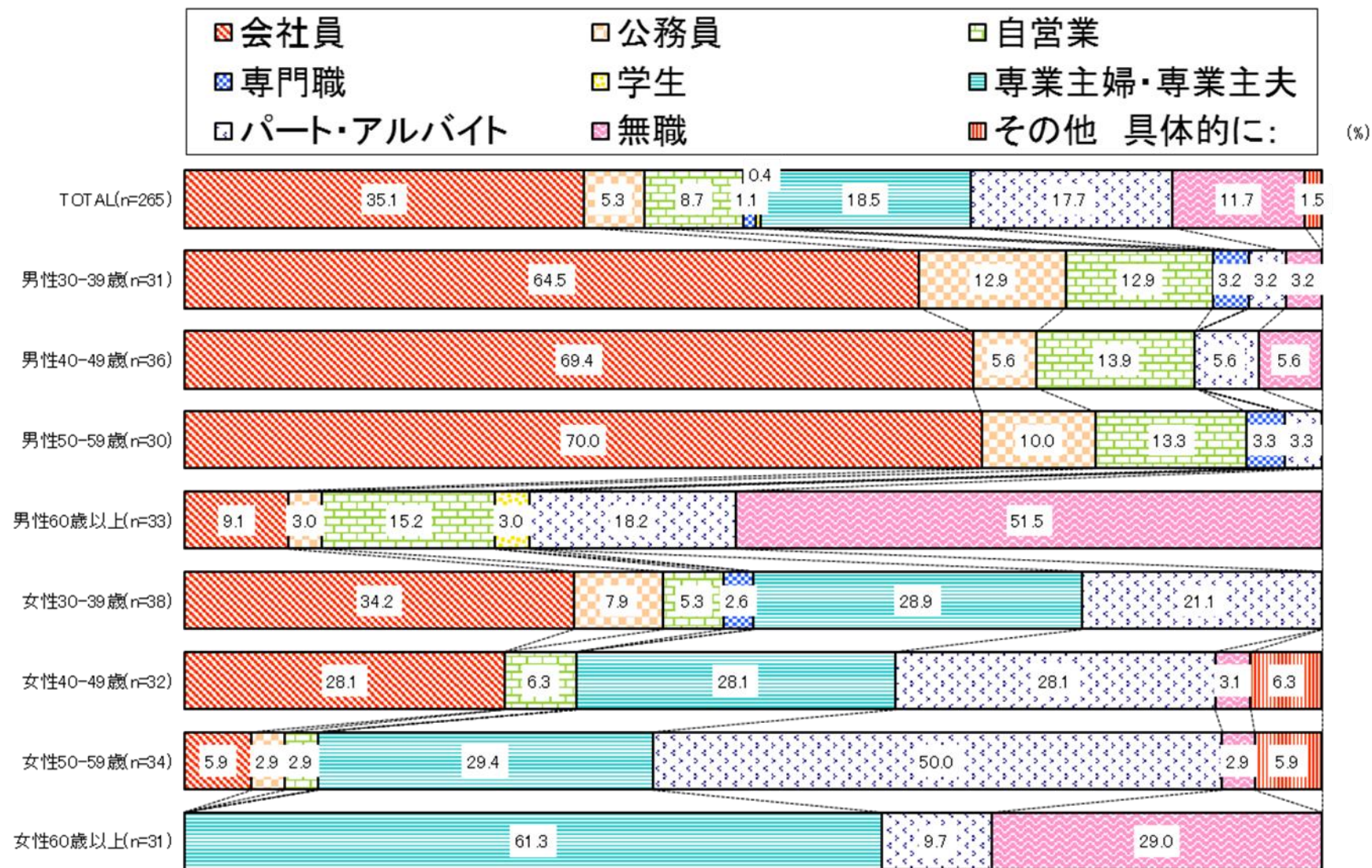
■職業

(%)

	n=	会社員	公務員	自営業	専門職	学生	専業主婦・専業主夫	パート・アルバイト	無職	その他 具体的に:
TOTAL	265	35.1	5.3	8.7	1.1	0.4	18.5	17.7	11.7	1.5
男性30-39歳	31	64.5	12.9	12.9	3.2	0.0	0.0	3.2	3.2	0.0
男性40-49歳	36	69.4	5.6	13.9	0.0	0.0	0.0	5.6	5.6	0.0
男性50-59歳	30	70.0	10.0	13.3	3.3	0.0	0.0	3.3	0.0	0.0
男性60歳以上	33	9.1	3.0	15.2	0.0	3.0	0.0	18.2	51.5	0.0
女性30-39歳	38	34.2	7.9	5.3	2.6	0.0	28.9	21.1	0.0	0.0
女性40-49歳	32	28.1	0.0	6.3	0.0	0.0	28.1	28.1	3.1	6.3
女性50-59歳	34	5.9	2.9	2.9	0.0	0.0	29.4	50.0	2.9	5.9
女性60歳以上	31	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	61.3	9.7	29.0	0.0

F3 職業を教えてください。(回答は1つ)

【表側】*性別×年代



【属性】

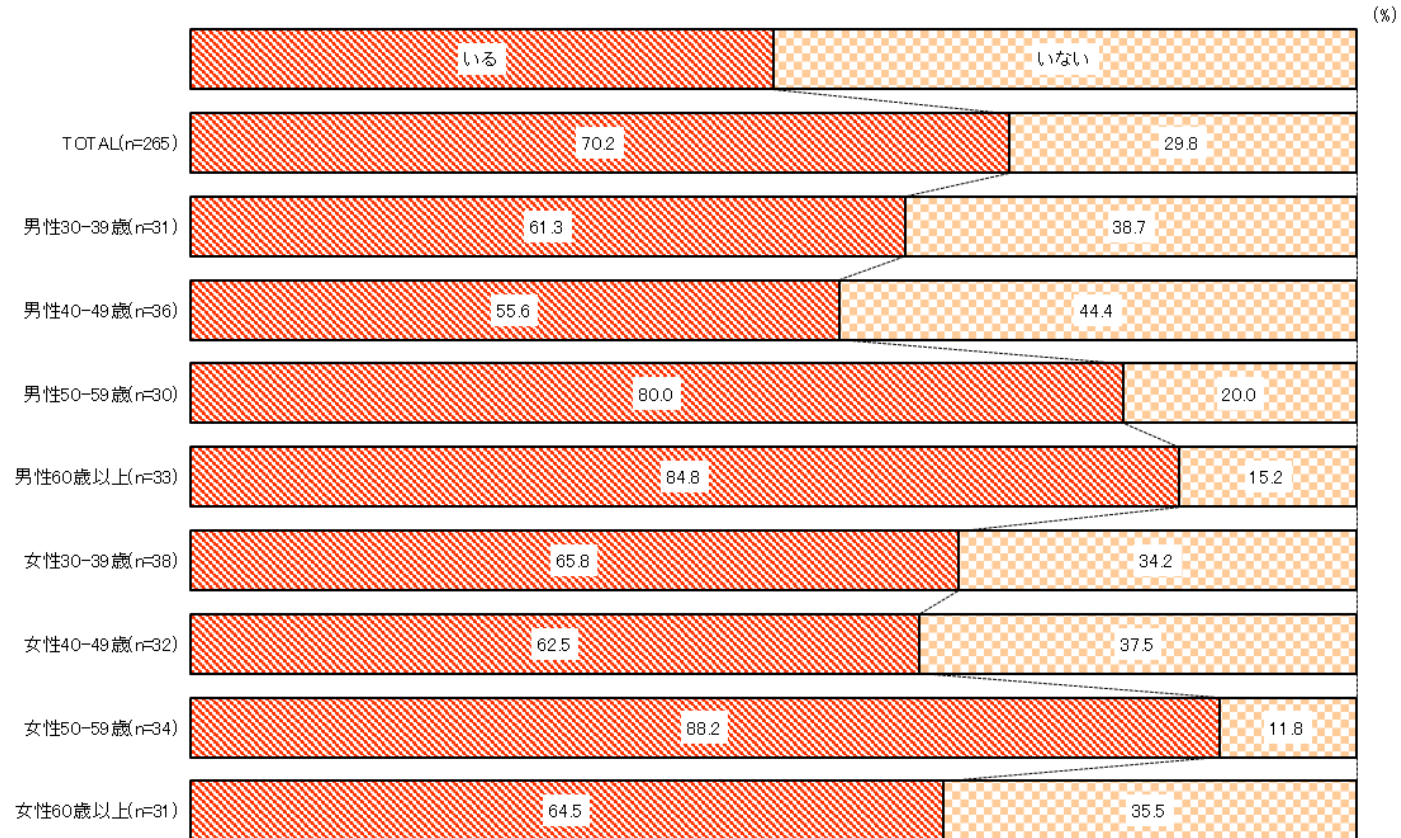
■配偶者の有無

(%)

	n=	いる	いない
TOTAL	265	70.2	29.8
男性30-39歳	31	61.3	38.7
男性40-49歳	36	55.6	44.4
男性50-59歳	30	80.0	20.0
男性60歳以上	33	84.8	15.2
女性30-39歳	38	65.8	34.2
女性40-49歳	32	62.5	37.5
女性50-59歳	34	88.2	11.8
女性60歳以上	31	64.5	35.5

F4 現在、配偶者はいますか？(回答は1つ)

【表例】*性別×年代



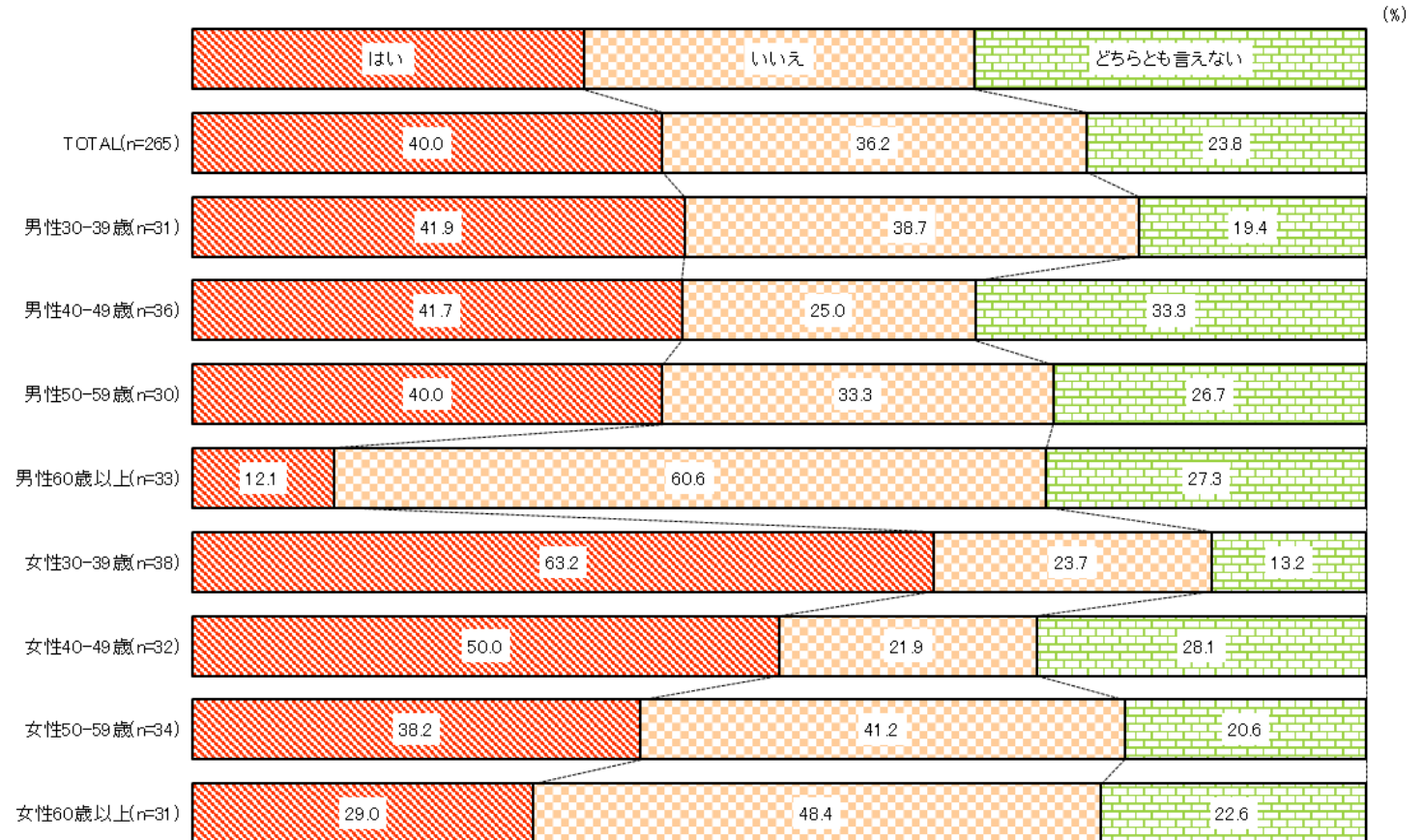
Q1. 1年前と比べて、太ったと感じる、または実際に太りましたか？ (回答は1つ)

(%)

	n=	はい	いいえ	どちらとも言えない
TOTAL	265	40.0	36.2	23.8
男性30-39歳	31	41.9	38.7	19.4
男性40-49歳	36	41.7	25.0	33.3
男性50-59歳	30	40.0	33.3	26.7
男性60歳以上	33	12.1	60.6	27.3
女性30-39歳	38	63.2	23.7	13.2
女性40-49歳	32	50.0	21.9	28.1
女性50-59歳	34	38.2	41.2	20.6
女性60歳以上	31	29.0	48.4	22.6

Q1 1年前と比べて、太ったと感じる、または実際に太りましたか？(回答は1つ)

【表側】*性別×年代

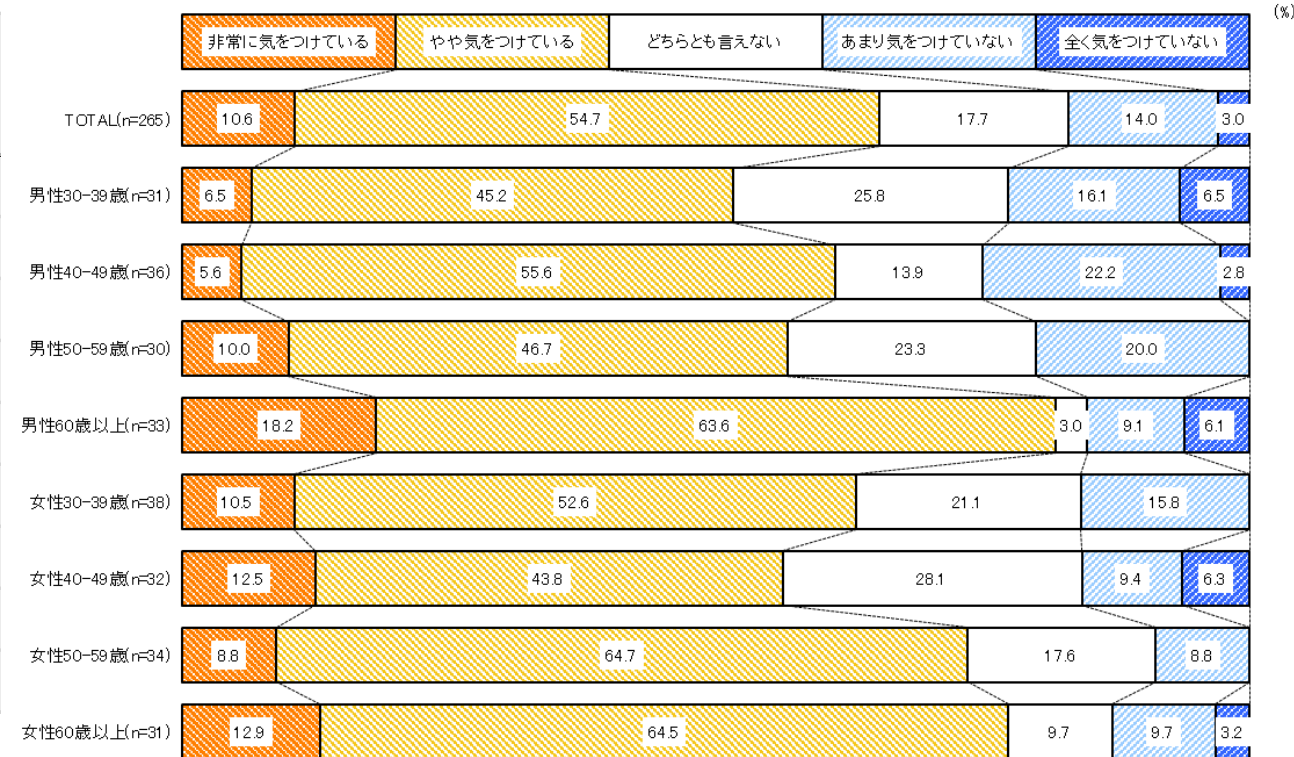


Q2 .普段ご自分の体重に気をつけていますか？（回答は1つ）

Q2 普段ご自分の体重に気をつけていますか？（回答は1つ）
【表例】＊性別×年代

(%)

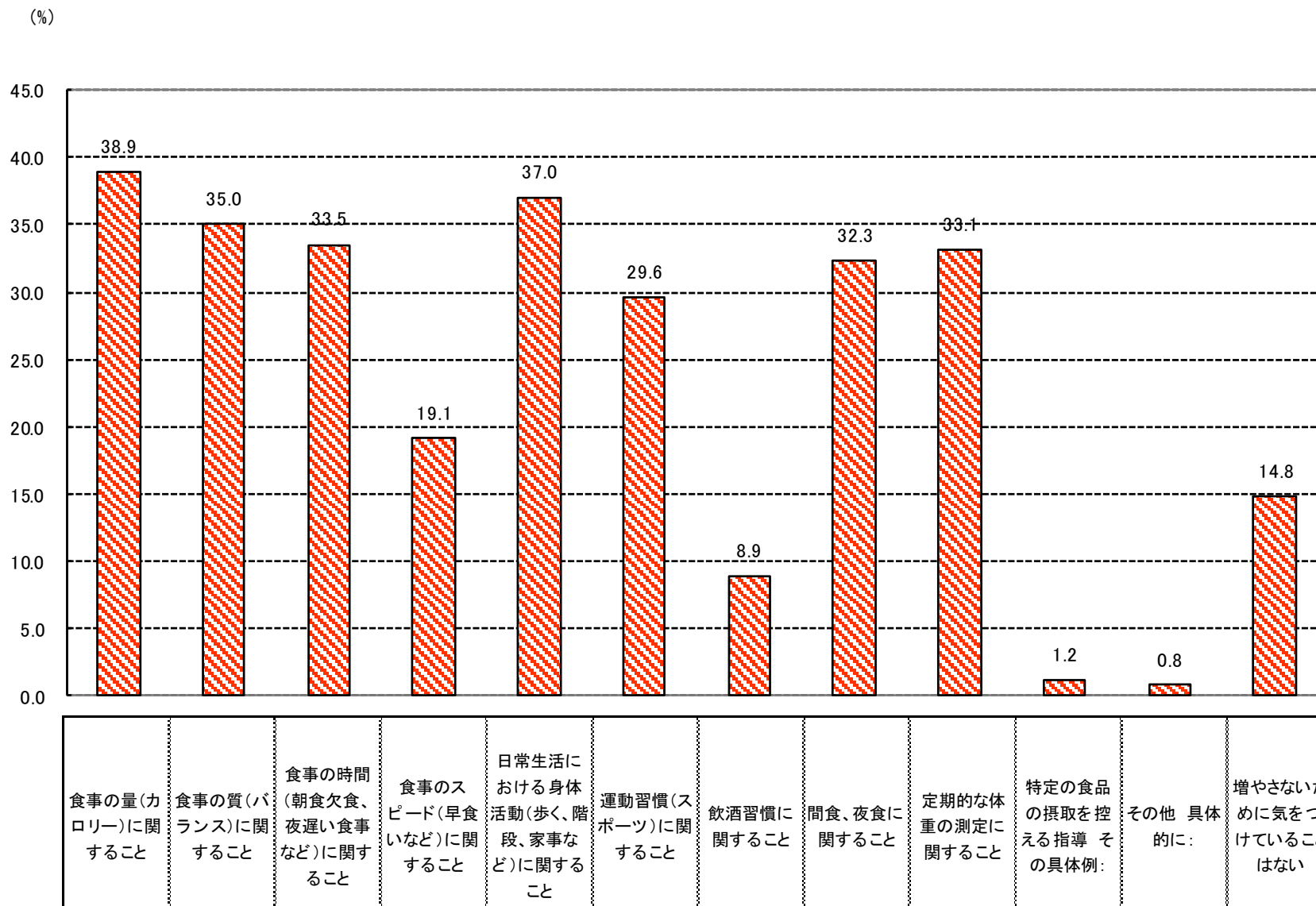
	n=	非常に気を つけている	やや気をつ けている	どちらとも言 えない	あまり気をつ けていない	全く気をつけ ていない
TOTAL	265	10.6	54.7	17.7	14.0	3.0
男性30-39歳	31	6.5	45.2	25.8	16.1	6.5
男性40-49歳	36	5.6	55.6	13.9	22.2	2.8
男性50-59歳	30	10.0	46.7	23.3	20.0	0.0
男性60歳以上	33	18.2	63.6	3.0	9.1	6.1
女性30-39歳	38	10.5	52.6	21.1	15.8	0.0
女性40-49歳	32	12.5	43.8	28.1	9.4	6.3
女性50-59歳	34	8.8	64.7	17.6	8.8	0.0
女性60歳以上	31	12.9	64.5	9.7	9.7	3.2



Q3.体重を増やさないために、日頃から気をつけていることは次のうちのどれですか？当てはまるもの全てお選びください。（回答はいくつでも）

	n=	食事の量(カロリー)に関すること	食事の質(バランス)に関すること	食事の時間(朝食欠食、夜遅い食事など)に関すること	食事のスピード(早食いなど)に関すること	日常生活における身体活動(歩く、階段、家事など)に関すること	運動習慣(スポーツ)に関すること	飲酒習慣に関すること	間食、夜食に関すること	定期的な体重の測定に関すること	特定の食品の摂取を控える指導 その具体例:	その他 具体的に:	(%) 増やさないために気をつけていることはない
TOTAL	257	38.9	35.0	33.5	19.1	37.0	29.6	8.9	32.3	33.1	1.2	0.8	14.8
男性30-39歳	29	44.8	20.7	20.7	13.8	31.0	37.9	13.8	31.0	24.1	0.0	0.0	17.2
男性40-49歳	35	20.0	14.3	17.1	5.7	28.6	25.7	14.3	22.9	20.0	0.0	0.0	25.7
男性50-59歳	30	43.3	30.0	26.7	10.0	43.3	46.7	16.7	20.0	26.7	0.0	0.0	13.3
男性60歳以上	31	41.9	35.5	35.5	38.7	58.1	38.7	12.9	19.4	45.2	3.2	0.0	19.4
女性30-39歳	38	47.4	44.7	42.1	15.8	26.3	10.5	7.9	55.3	26.3	0.0	0.0	10.5
女性40-49歳	30	46.7	43.3	43.3	23.3	40.0	26.7	3.3	40.0	43.3	0.0	0.0	6.7
女性50-59歳	34	38.2	41.2	47.1	20.6	38.2	20.6	2.9	32.4	32.4	5.9	2.9	8.8
女性60歳以上	30	30.0	50.0	33.3	26.7	33.3	36.7	0.0	33.3	50.0	0.0	3.3	16.7

Q3 体重を増やさないために、日頃から気をつけていることは次のうちのどれですか？当てはまるもの全てお選びください。(回答はいくつでも)



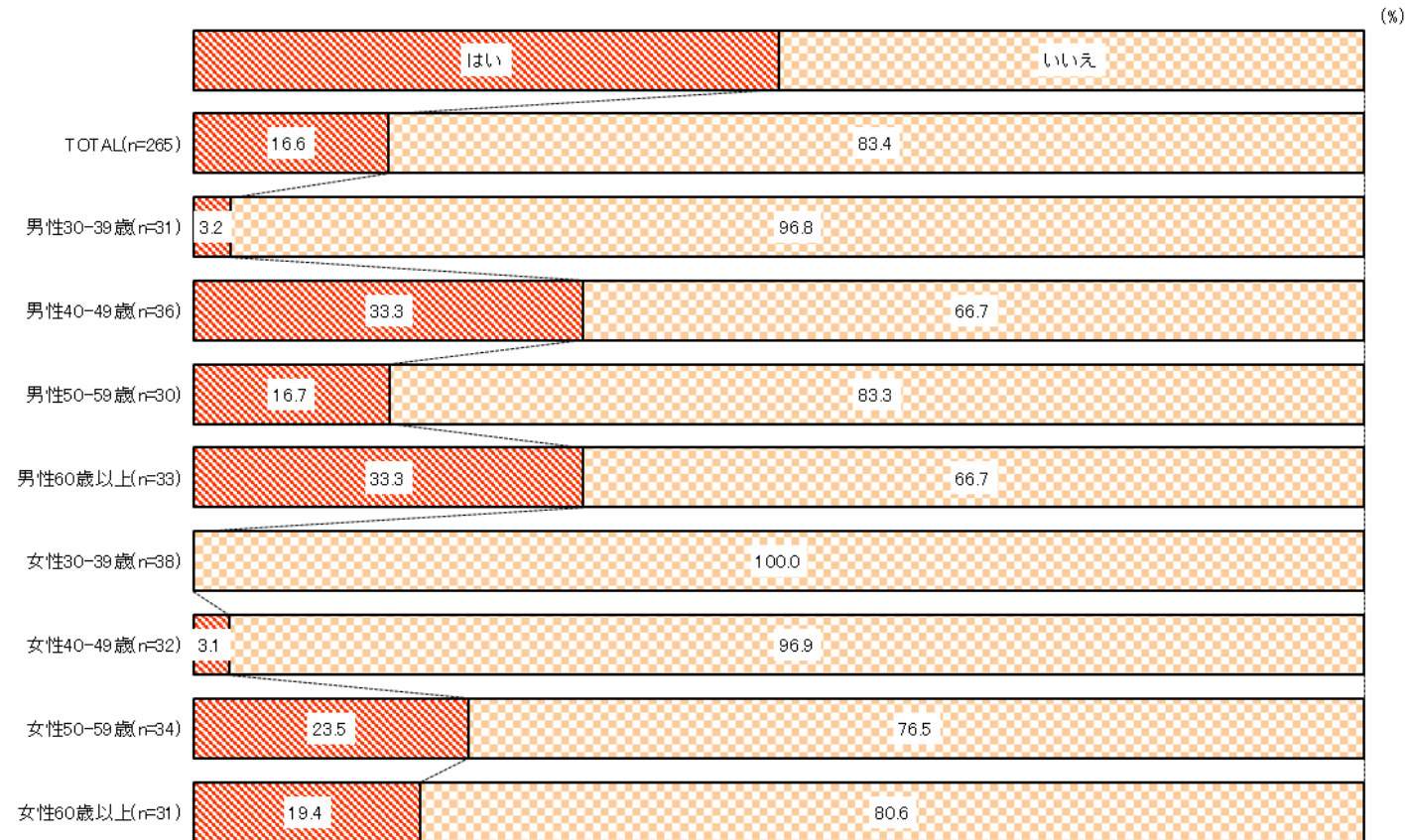
Q4.生活習慣病の薬を飲んでいますか？（回答は1つ）

(%)

	n=	はい	いいえ
TOTAL	265	16.6	83.4
男性30-39歳	31	3.2	96.8
男性40-49歳	36	33.3	66.7
男性50-59歳	30	16.7	83.3
男性60歳以上	33	33.3	66.7
女性30-39歳	38	0.0	100.0
女性40-49歳	32	3.1	96.9
女性50-59歳	34	23.5	76.5
女性60歳以上	31	19.4	80.6

Q4 生活習慣病の薬を飲んでいますか？（回答は1つ）

【表側】＊性別×年代

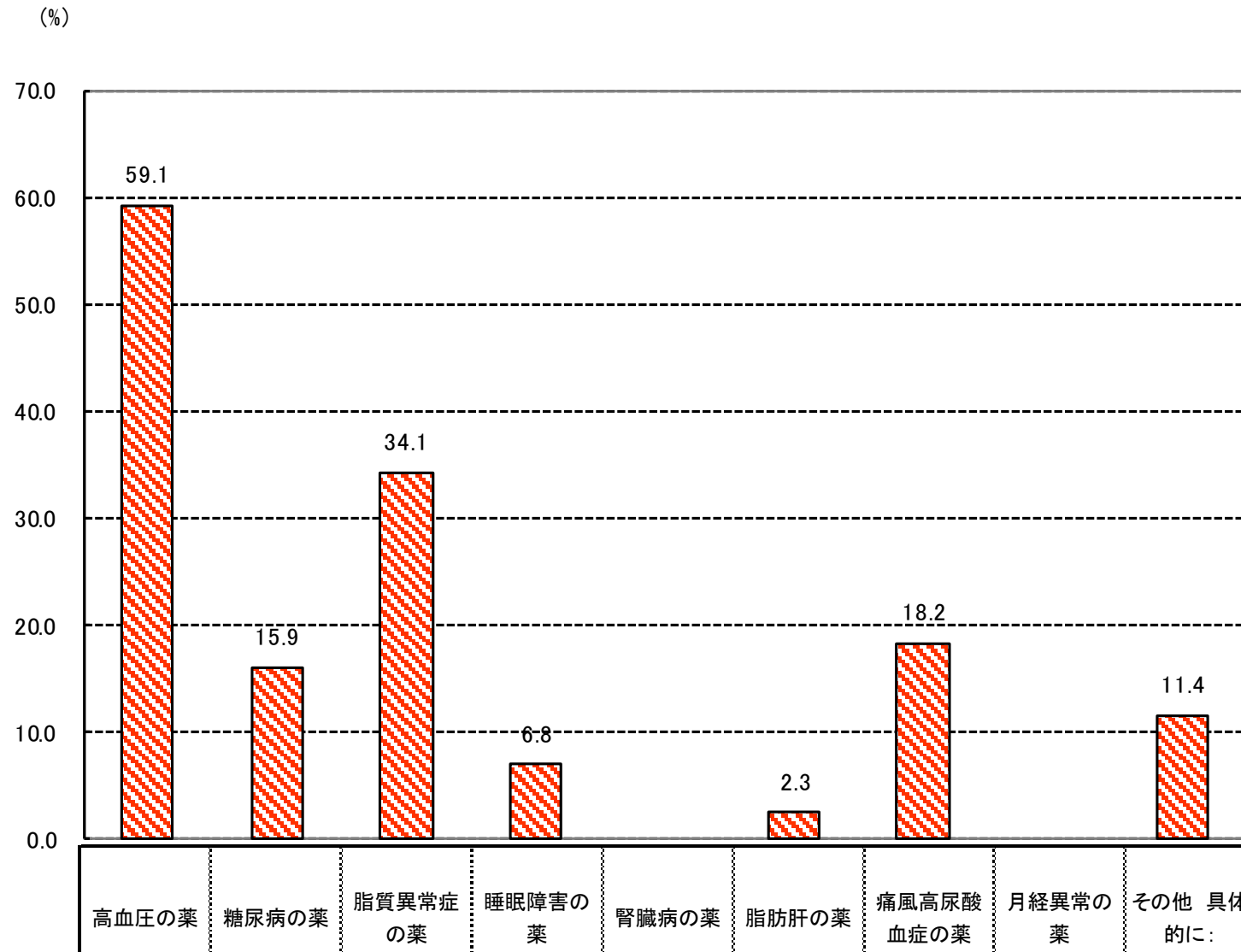


SQ4.飲んでいる薬を全てお選びください。(回答はいくつでも)

(%)

	n=	高血圧の薬	糖尿病の薬	脂質異常症の薬	睡眠障害の薬	腎臓病の薬	脂肪肝の薬	痛風高尿酸血症の薬	月経異常の薬	その他 具体的に:
TOTAL	44	59.1	15.9	34.1	6.8	0.0	2.3	18.2	0.0	11.4
男性30-39歳	1	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
男性40-49歳	12	25.0	33.3	33.3	8.3	0.0	0.0	16.7	0.0	0.0
男性50-59歳	5	100.0	20.0	20.0	0.0	0.0	0.0	60.0	0.0	40.0
男性60歳以上	11	81.8	9.1	36.4	0.0	0.0	9.1	27.3	0.0	9.1
女性40-49歳	1	100.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
女性50-59歳	8	62.5	12.5	37.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	12.5
女性60歳以上	6	50.0	0.0	33.3	16.7	0.0	0.0	0.0	0.0	16.7

SQ4 飲んでいる薬を全てお選びください。(回答はいくつでも)

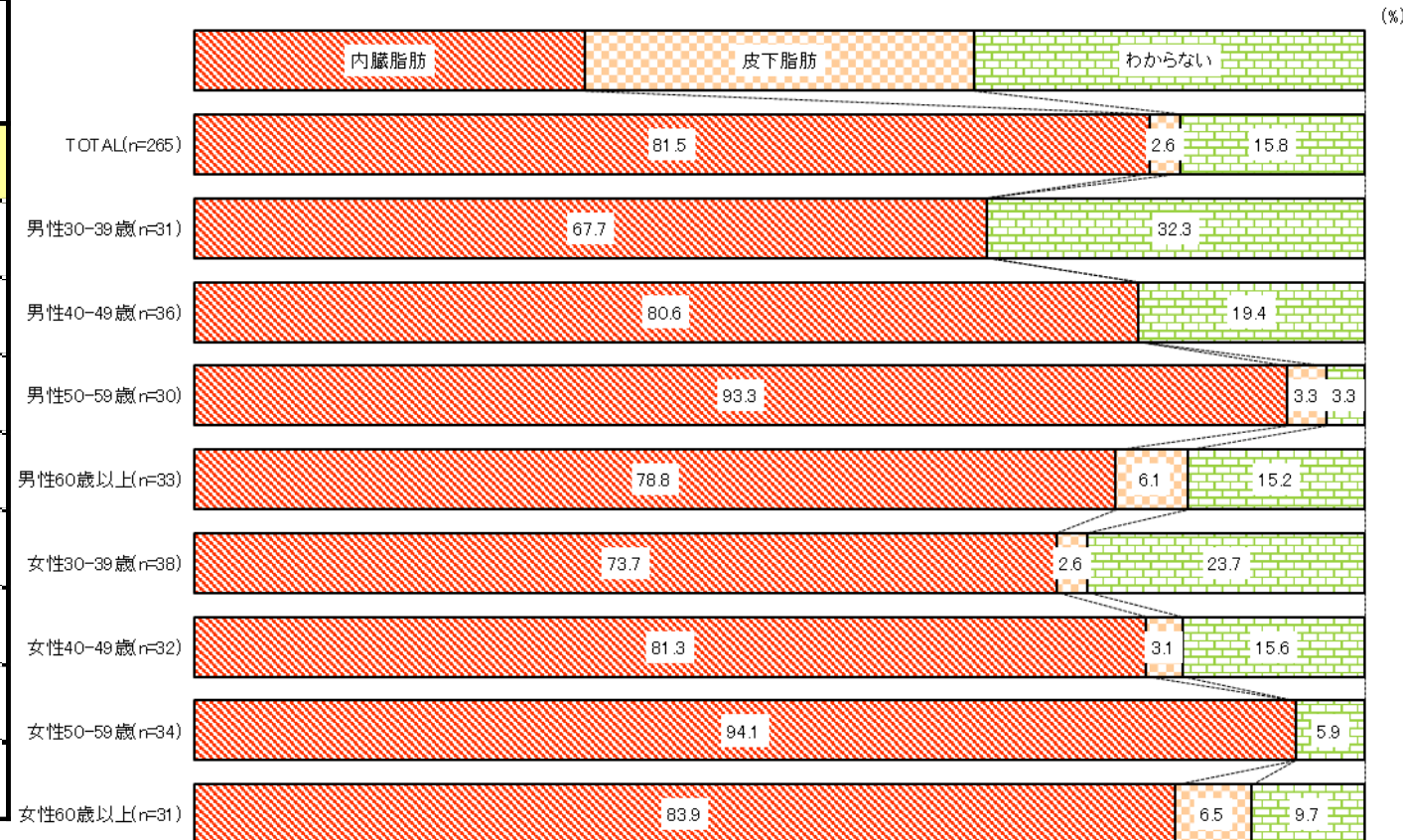


Q5.「内臓脂肪」と「皮下脂肪」のうち、生活習慣病に大きく関わっていると 言われているものは？（回答は1つ）

(%)

	n=	内臓脂肪	皮下脂肪	わからない
TOTAL	265	81.5	2.6	15.8
男性30-39歳	31	67.7	0.0	32.3
男性40-49歳	36	80.6	0.0	19.4
男性50-59歳	30	93.3	3.3	3.3
男性60歳以上	33	78.8	6.1	15.2
女性30-39歳	38	73.7	2.6	23.7
女性40-49歳	32	81.3	3.1	15.6
女性50-59歳	34	94.1	0.0	5.9
女性60歳以上	31	83.9	6.5	9.7

Q5 「内臓脂肪」と「皮下脂肪」のうち、生活習慣病に大きく関わっていると
言われているものは？（回答は1つ）
【表例】＊性別×年代

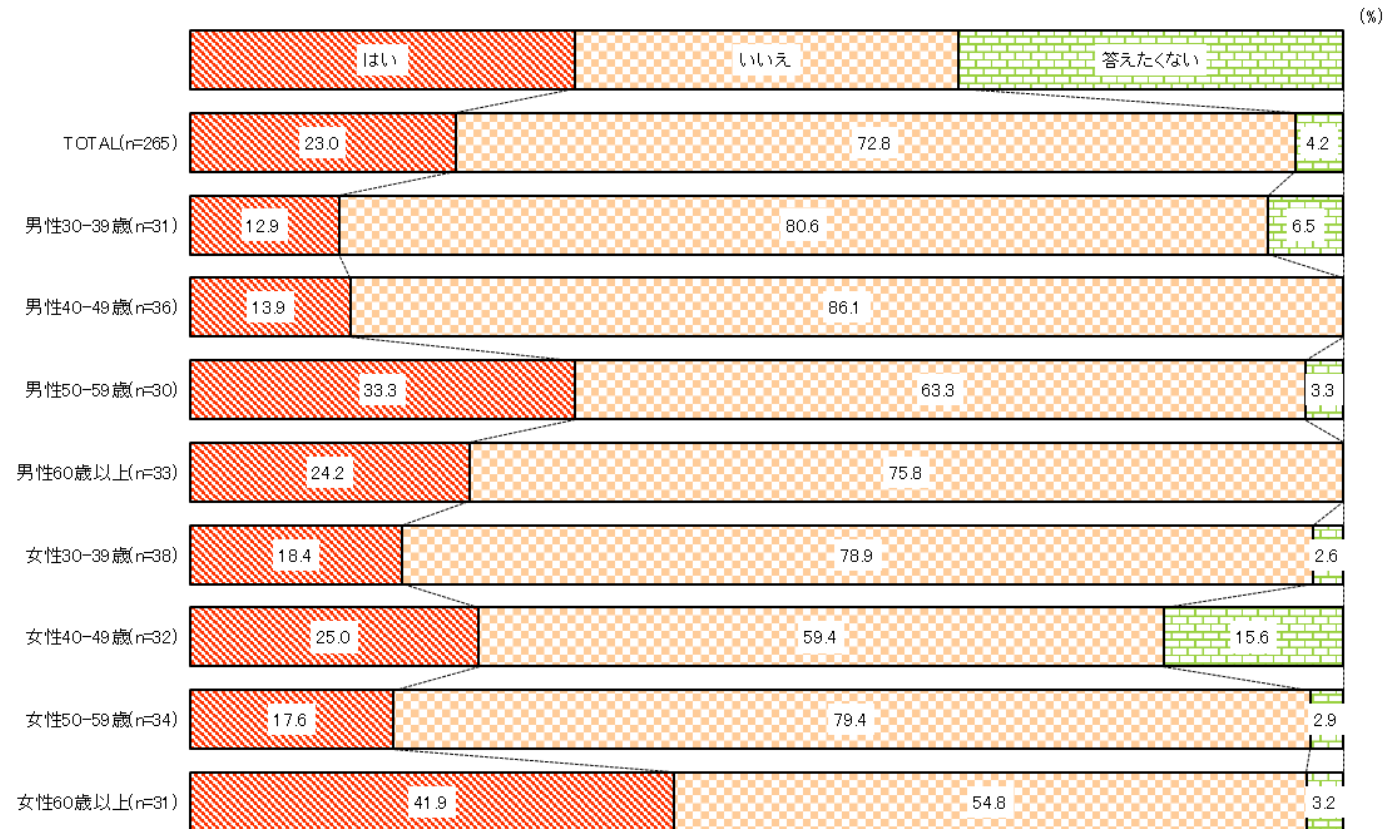


Q6.内臓脂肪の量を測定された経験がありますか？（回答は1つ）

(%)

	n=	はい	いいえ	答えたくない
TOTAL	265	23.0	72.8	4.2
男性30-39歳	31	12.9	80.6	6.5
男性40-49歳	36	13.9	86.1	0.0
男性50-59歳	30	33.3	63.3	3.3
男性60歳以上	33	24.2	75.8	0.0
女性30-39歳	38	18.4	78.9	2.6
女性40-49歳	32	25.0	59.4	15.6
女性50-59歳	34	17.6	79.4	2.9
女性60歳以上	31	41.9	54.8	3.2

Q6 内臓脂肪の量を測定された経験がありますか？（回答は1つ）
【表割】＊性別×年代



Q7.日本肥満学会では、単なる「肥満」と、健康にとって害を及ぼす「肥満症」を区別して、「肥満症」の予防や改善を訴えています。「肥満症」ということについてご存知でしたか？（回答は1つ）

Q7 日本肥満学会では、単なる「肥満」と、健康にとって害を及ぼす「肥満症」を区別して、「肥満症」の予防や改善を訴えています。「肥満症」ということについてご存知でしたか？（回答は1つ）

【表側】＊性別×年代

	n=	どのようなことか理解している	言葉は聞いたことがある	聞いたことがない
TOTAL	265	8.7	52.5	38.9
男性30-39歳	31	3.2	54.8	41.9
男性40-49歳	36	2.8	41.7	55.6
男性50-59歳	30	3.3	43.3	53.3
男性60歳以上	33	15.2	54.5	30.3
女性30-39歳	38	13.2	57.9	28.9
女性40-49歳	32	12.5	40.6	46.9
女性50-59歳	34	2.9	61.8	35.3
女性60歳以上	31	16.1	64.5	19.4

