

### (3) 食事内容

次の区分により集計した。

#### ア 外食

飲食店での食事及び家庭以外の場所で、出前や市販のお弁当を買って食べるなど、家庭で調理せずに、食べる場所も家庭ではない場合。

そば、うどん類	各種そば、うどん、ラーメン、焼きそば等
すし類	にぎりずし、ちらしずし、のりまき、いなりずし等
丼もの	かつ丼、天井、中華丼、親子丼、卵丼、鰻重等
カレーライス類	カレーライス、オムライス、チャーハン等
パスタ類	グラタン、ラザニア、スパゲッティ、マカロニ等
パン類	トースト、サンドイッチ、ハンバーガー等
その他の和食	和定食、幕の内弁当、おにぎり等
その他の洋食	洋定食、洋風弁当等
その他の中華	中華定食等

#### イ 調理済み食

すでに調理されたものを買ってきたり、出前をとって家庭で食べた場合（食事内容は「ア外食」と同じ）。

#### ウ 給食

- ・ 保育所・幼稚園給食（教職員は、職場給食）
- ・ 学校給食（教職員は、職場給食）
- ・ 職場給食

#### エ 家庭食

- ・ 家庭で作った食事や弁当を食べた場合

#### オ その他

- ・ 菓子、果物、乳製品、嗜好飲料などの食品のみを食べた場合
- ・ 錠剤などによる栄養素の補給、栄養ドリンク剤のみの場合
- ・ 食事をしなかった場合（欠食）

### (4) 血圧の分類

	収縮期血圧（最高血圧） (mmHg)		拡張期血圧（最低血圧） (mmHg)
至適血圧	<120	かつ	<80
正常血圧	<130	かつ	<85
正常高値血圧	130～139	または	85～89
I 度高血圧設定	140～159	または	90～99
II 度高血圧	160～179	または	100～109
III 度高血圧	≥180	または	≥110
収縮期高血圧	≥140	かつ	<90

※結果図表中の数値は、2 回の測定値の平均値（「日本高血圧学会（2009 年）による血圧の分類」より）

## (5) 肥満の判定

### ア BMI による肥満度判定

15 歳以上における肥満度は、BMI (Body Mass Index 次式) を用いて判定した。

$$\text{BMI} = \text{体重} \text{ (kg)} / (\text{身長} \text{ (m)})^2$$

男女とも BMI=22 を標準とし肥満の判定基準は下記のとおりである。

判定	低体重 (やせ)	普通	肥満
BMI	18.5 未満	18.5 以上 25.0 未満	25.0 以上

(「日本肥満学会 (2000 年) による肥満の判定基準」より)

### イ 学校保健統計調査方式による肥満度判定

6~14 歳における肥満度は、年齢別、身長別標準体重から判定した。

	やせ傾向		普通	肥満傾向		
	-20% 以下			20%以上		
判定	高度やせ	軽度やせ		軽度肥満	中等度肥満	高度肥満
肥満度	-30% 以下	-20% 以下 -30% 未満	-20%以上 20%未満	20% 以上 30% 未満	30% 以上 50% 未満	50% 以上

$$\text{肥満度 (過体重度)} = (\text{実測体重 (kg)} - \text{身長別標準体重 (kg)}) / \text{身長別標準体重 (kg)} \times 100(\%)$$

$$\text{身長別標準体重 (kg)} = a \times \text{実測身長 (cm)} - b$$

年齢	係数			
	男子		女子	
	a	b	a	b
6	0.461	32.382	0.458	32.079
7	0.513	38.878	0.508	38.367
8	0.592	48.804	0.561	45.006
9	0.687	61.390	0.652	56.992
10	0.752	70.461	0.730	68.091
11	0.782	75.106	0.803	78.846
12	0.783	75.642	0.796	76.934
13	0.815	81.348	0.655	54.234
14	0.832	83.695	0.594	43.264

(参考) ①財団法人日本学校保健会「児童生徒の健康診断マニュアル (改訂版)」(2006)、②村田光範、伊藤けい子：平成 14 年度厚生労働省厚生科学研究費補助金健康科学総合研究事業「小児の栄養・運動・休養からみた健康度指標と QOL に関する研究 身体活動からみた健康度指標と QOL に関する研究」(2003)

(6) “メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の疑い”の判定

本血液検査では、空腹時採取が困難であるため、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の診断基準項目である空腹時血糖値及び中性脂肪値により判定はしない。従って、本報告における判定は以下のとおりとした。

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）が強く疑われる者

腹囲が男性 85cm、女性 90cm 以上で、3つの項目（血中脂質、血圧、血糖）のうち2つ以上の項目に該当する者。

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予備群と考えられる者

腹囲が男性 85cm、女性 90cm 以上で、3つの項目（血中脂質、血圧、血糖）のうち1つに該当する者。

※ “該当する”とは、下記の「基準」を満たしている場合、かつ（または）「服薬」がある場合とする。

腹囲	腹囲（ウエスト周囲径） 男性：85cm 以上 女性：90cm 以上		
項目	血中脂質	血圧	血糖
基準	<ul style="list-style-type: none"> <li>・HDL コレステロール値 <u>40mg/dl 未満</u></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・収縮期血圧値 130mmHg 以上</li> <li>・拡張期血圧値 85mmHg 以上</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ヘモグロビンA1c 値 <u>5.5%以上</u> (※)</li> </ul>
服薬	<ul style="list-style-type: none"> <li>・コレステロールを下げる薬服用</li> <li>・中性脂肪（トリグリセライド）を下げる薬服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・血圧を下げる薬服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・血糖を下げる薬服用</li> <li>・インスリン注射使用</li> </ul>

(参考) 厚生労働科学研究 健康科学総合研究事業「地域保健における健康診査の効率的なプロトコールに関する研究～健康対策指標検討研究班中間報告～」平成 17 年 8 月

※ 旧老人保健事業の健康診査では、ヘモグロビンA1c 値 5.5%以上を「要指導」としているため、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の疑いに関する判定項目である血糖を“ヘモグロビンA1c 値 5.5%以上”とした。

※ 本報告書のヘモグロビンA1c の値は、JDS (Japan Diabetes Society) 値である。

(7) “糖尿病が強く疑われる者” “糖尿病の可能性を否定できない者”の判定

糖尿病が強く疑われる者

ヘモグロビンA1c 値が 6.1%以上、または、生活習慣調査票で「医療機関や健診で糖尿病と言われたことがある」と答えた者。

糖尿病の可能性を否定できない者

ヘモグロビンA1c 値が 5.6%以上、6.1%未満で、“糖尿病が強く疑われる者”以外の者。

※糖尿病実態調査 (H9、H14) と同様の基準