

## 研究・調査報告書

分類番号	報告書番号	担当
A-136	15-009	滋賀医科大学社会医学講座公衆衛生学部門
<b>題名 (原題/訳)</b>		
<p>Longitudinal analysis of lifestyle habits in relation to body mass index, onset of overweight and obesity: results from a large population-based cohort in Sweden.</p> <p>太りすぎや肥満の発症に関連する生活習慣の縦断分析：スウェーデンのコホート研究からの知見</p>		
<b>執筆者</b>		
Munter S, Tynelius P, Magnusson C, Rasmussen F.		
<b>掲載誌</b>		
Scand J Public Health. 2015 May;43(3):236-45. doi: 10.1177/1403494815569865.		
<b>キーワード</b>		<b>PMID</b>
肥満、BMI、生活習慣、コホート研究		25740615
<b>要 旨</b>		
<b>目的：</b>		
スウェーデンでは肥満の有病率が増加している。BMI を用いて過体重および肥満の発症の変化と生活習慣の縦の変化の関連を探ることを目的とした。		
<b>方法：</b>		
参加者はストックホルム市立健康コホート研究に参加した18歳から84歳の計23,108名を対象とした。BMI は自己申告による身長と体重から算出した。生活習慣として、余暇時間の身体活動、および果物やアルコール、喫煙習慣を調査した。		
<b>結果：</b>		
肥満の発症率は、非活動的な人と比較して余暇時間の身体活動を増加した男性で低かった (95%CI : 0.42~0.81、リスク比 = 0.58)。また、女性も男性と同様の結果であった (95%CI : 0.25~0.54、リスク比 = 0.37)。禁煙は肥満の発症と関係していた (男性：リスク比=1.69、95%CI : 1.15-2.50)、(女性：リスク比=1.99、95%CI : 1.39-2.85)。さらに、男性のみアルコール摂取量が低いものやアルコール摂取量を減量したもの、毎日の果物の摂取量を減少させることが体重減少に関連していた。		
<b>結論：</b>		
男女ともに、身体活動量を増加させることが体重減少に効果的であると示唆された。また、男性はアルコール摂取量や果物の摂取量を減らすことで、体重増加を防ぐことができる可能性が示された。		