

保健婦メモ

学童の肥満

栄養バランスの乱れと運動不足が原因

戦後の粗食型から現在の美食型へと食生活も時代の流れとともに変わってきました。その豊かさの中、子ども達の体格は向上している反面、肥満の問題が大きく取りざたされています。

(2)運動不足
え、動物性脂肪に偏りがち。テレビの普及やファミコンの流行で室内遊びが増え戸外で体を思いっきり動かすことが少なくなっている等があげられ、これらが太る素質のある子どもに加われば、より肥満へとつながっていきます。

肥満はひどくなれば、高血圧・糖尿病・心臓病などの小児成人病をひきおこす原因にもなります。ハンバーガーなどのファストフードにたよらず、栄養のバランスのとれた食事を取り外でしっかりと体を動かす事で肥満はふせぐことができます。

本市の場合、学童の肥満傾向の推移は図1・2のとおりです。小学生では少しずつ増えており、中学生では平成元年度に3名(0・2%)あるのみで以後は0となっています。全体的に小・中学生とも県に比べて肥満傾向は少ないといえます。

本市の場合、学童の肥満傾向の推移は図1・2のとおりです。小学生では少しずつ増えており、中学生では平成元年度に3名(0・2%)あるのみで以後は0となっています。全体的に小・中学生とも県に比べて肥満傾向は少ないといえます。

肥満の背景として

(1)栄養のバランスの乱れ

ラーメン・ハンバーガー菓子等、おやつや夜食が増

成人病予防は、小さい頃から必要なのにもかかわらず、成人病予備軍が小児期から増えているのが現実です。小児成人病が成人病へとならぬためにも、今から家族ぐるみで日常生活を見直してみてもいいかがでしょうか。

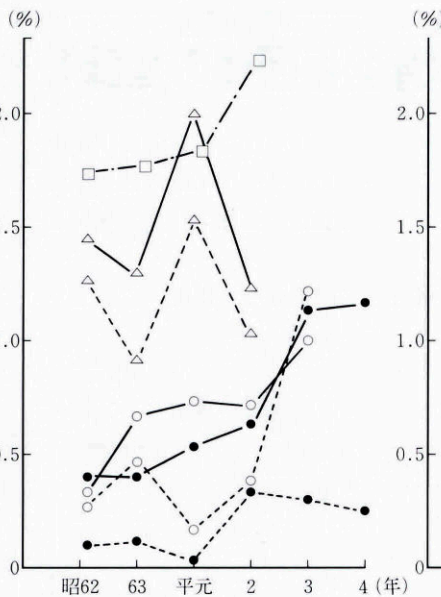


図1.小学生の肥満傾向の推移

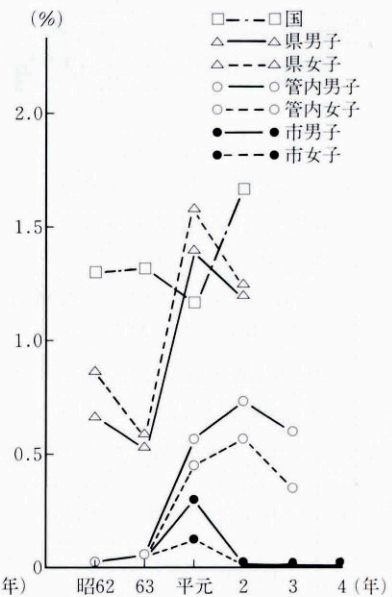


図2.中学生の肥満傾向の推移

長門市の人口動態

死亡数が出生数を上回る

長門市の人口の動態を、表1に示しました。人口は、昭和29年の市制施行時、30,926人でした。昭和30年31,995人がピークに、その後減少し、平成3年には26,069人になりました。

昭和30年の590人(人口千対△出生)と、65歳以下が2割近くを占

表1.長門市の人口動態

Table with columns for Year, Population, Births, Deaths, Natural Increase, Infant Mortality, Newborn Mortality, Fetal Death, Maternal Death, Marriage, and Divorce. It includes data for Showa 30, 40, 50, 60, Heisei 3, and rates for Yamaguchi Prefecture and Yamaguchi City.

※乳児死亡:生後1年未満の死亡
新生児死亡:生後4週未満の死亡
自然増加:年間出生数-年間死亡数
周産期死亡:妊娠満28週以降の死産と、生後1週未満の早期新生児死亡

め、30〜50歳代の男性の死亡が目立ちます。
死因をみると、三大成人病(がん・心臓病・脳卒中)が64・3%を占め、10年前に比べて、がん、心臓病がふえ、脳卒中が減っています。部位別のがん死亡をみると、男女とも、肺と胃が1位・2位を占め、とくに、肺がんは増加の傾向にあります。
△乳児死亡・新生児死亡
いずれも、その地域の健康水準の指標となるものです。長門市では、平成2年・3年ともに0です。
△死産
毎年、県平均を上回っていましたが、平成3年には9件で、出産千対39・6と県平均を下回り、全国並になりました。
△婚姻と離婚
婚姻は、昭和30年から昭和40年にかけて、つねに200件以上あり、昭和46年の260件(人口千対9・0)をピークに以後、漸次減少の傾向にあります。離婚は、毎年ほぼ同じ件数で、平成3年29件(人口千対1・1)です。