

## 【本調査結果に対する有識者コメント】

財団法人日本心臓財団

副会長

医学博士 杉本 恒明（すぎもとつねあき）先生

『メタボリックシンドローム』は危険因子の上流には、その大元に内臓肥満があり、これが高血圧、高脂血、高血糖を生じて、心臓・血管疾患を起こりやすくすることを教えています。今回、実施されたアンケートの結果をみると、内臓脂肪が認知されているのはさすがですが、内臓脂肪を計測する腹囲メジャーの普及にはもう一歩というところがあります。腹囲が減れば、危険因子の一つ、血圧が下がります。『メタボリックシンドローム』への取り組みにあたっては、内臓脂肪の蓄積が動脈硬化に至るプロセスをもう一度、よく理解して上で、内臓脂肪の計測の仕方と、これに加えて、内臓脂肪減少の効果の評価、といったことまで考えてみなければならないと思います。

### < 杉本先生 Profile >

1932年 2月生まれ

1956年 3月 東京大学医学部医学科卒業

1972年 9月 金沢大学医学部第一内科助教授

1977年 4月 富山医科薬科大学医学部第二内科教授

1983年 6月 東京大学医学部第二内科教授

1992年 4月 公立学校共済組合関東中央病院院長

1995年 5月 東京大学名誉教授

2002年 4月 公立学校共済組合関東中央病院名誉院長

2002年 5月 財団法人日本心臓財団副会長

## 【調査概要】

### 1 調査対象者

30歳から59歳までの男女1333人

性別および年代(30代、40代、50代)で6属性で実施

年代	男性	女性
30-39歳	200	203
40-49歳	203	215
50-59歳	242	270
合計	645	688

### 2 調査方法

インターネット

### 3 調査期間

2007年1月12日～15日

## 【主な調査結果の詳細】

### 1. 『メタボリックシンドローム』という言葉を知っているのは74%と大幅に増加

『メタボリックシンドローム』という言葉を知っている人は74% (985人)となり、昨年当社が実施した調査と比較すると、大幅に認知が拡大しているという結果がでました。

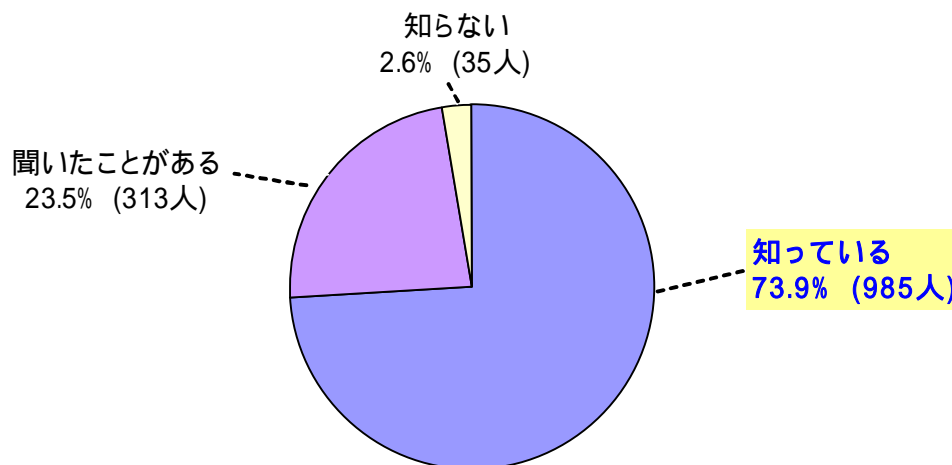
昨年の調査(グラフ2)では、「知っている」と回答した人の割合は全回答者のわずか3%で、「聞いたことがある」と回答した人(23%)を合わせても4人に3人は知らないという状況でした。

しかし、本年の調査結果では同97%と調査対象者のほぼ全員が『メタボリックシンドローム』という言葉を知っている実態がわかりました。

この結果から、ここ1年間で『メタボリックシンドローム』という言葉が、人々に広く浸透し定着していることがわかりました。

### 【グラフ1】 『メタボリックシンドローム』という言葉を知っていますか？ (単一回答)

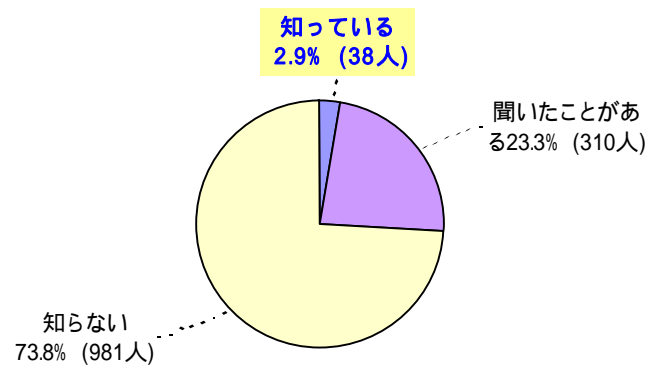
(回答者: 全員1333人)



### 2006年調査結果

#### 【グラフ2】 『メタボリックシンドローム』という言葉を知っていますか？ (単一回答)

(回答者: 全員 1329人)

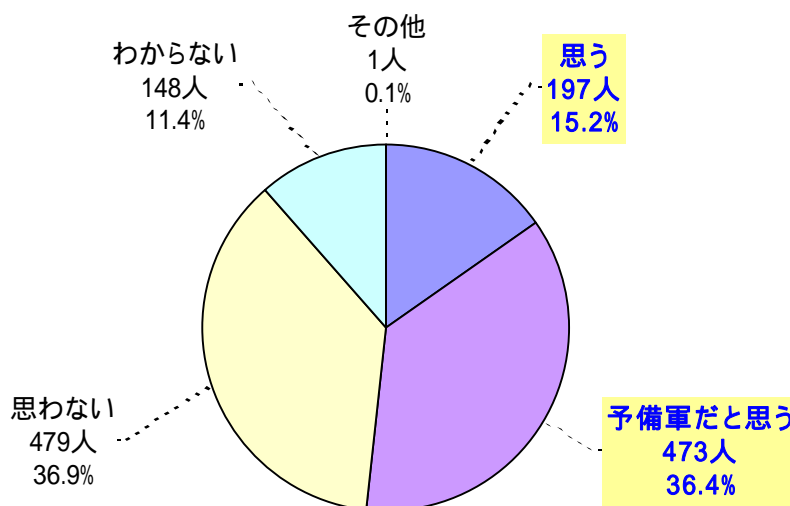


2. 『メタボリックシンドローム』を知る人の2人にひとりが、自身をメタボリックシンドローム(予備軍を含む)であると感じている

『メタボリックシンドローム』を知る人(「聞いたことがある」を含む1298人)の約半数(670人、52%)が、自身がメタボリックシンドロームもしくは予備軍に該当すると感じていることがわかりました。このことから、『メタボリックシンドローム』を自身のこととして考えている人が多いことがわかりました。また、自身をメタボリックシンドロームであると感じている人は、男性の方が多い傾向にあり、実感している670人のうち男性が59%、女性が41%でした。(グラフ4再掲) また、「思わない」と回答した人は女性の方が多く66%(315人/「思わない」と回答した479人中)でした。

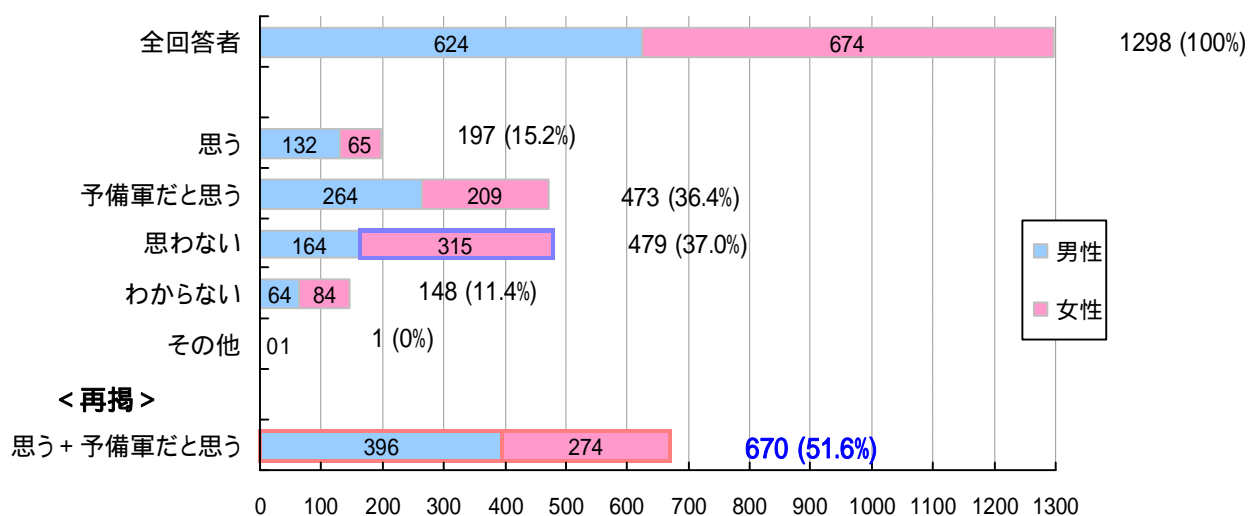
【グラフ3】 あなたご自身はメタボリックシンドロームだと思いますか？ (単一回答)

(回答者:メタボリックシンドロームを「知っている」または「聞いたことがある」1298人)



【グラフ4】 あなたご自身はメタボリックシンドロームだと思いますか？(男女内訳) (単一回答)

(回答者:メタボリックシンドロームを「知っている」または「聞いたことがある」1298人)



人

### 3. 『メタボリックシンドローム』の診断基準のうちウエスト径を正しく知る人は5人にひとり

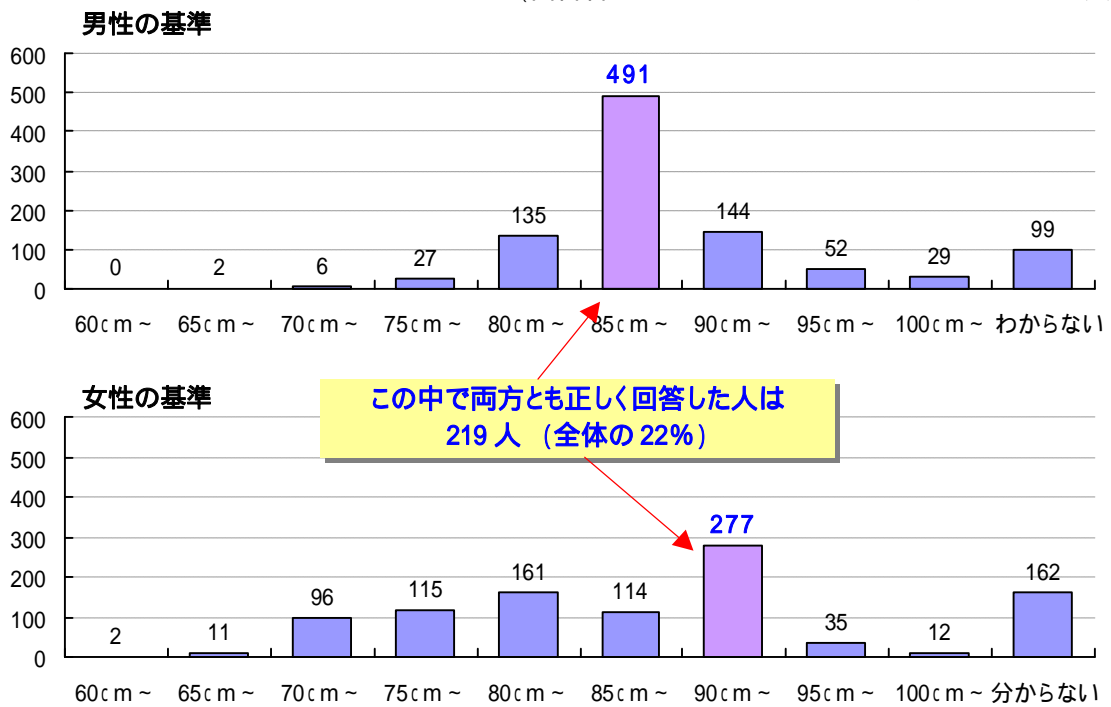
「メタボリックシンドロームを知っている」と回答した人(985人)の中でも、メタボリックシンドロームの診断基準の中で「内臓脂肪型肥満」の目安であるウエスト径(腹囲)の基準値を正しく知っている人は22%(219人)に留まりました。

しかし、昨年の調査結果0.6%(8人)と比較すると認知は確実に広がっていることがわかりました。(グラフ6)

この結果から、この1年間で『メタボリックシンドローム』の概念が浸透しつつあることがわかったと同時に、今後はさらに詳しい情報による啓発活動が必要であることがわかりました。

【グラフ5】 『メタボリックシンドローム』の診断基準 ウエスト(腹囲) (単一回答)

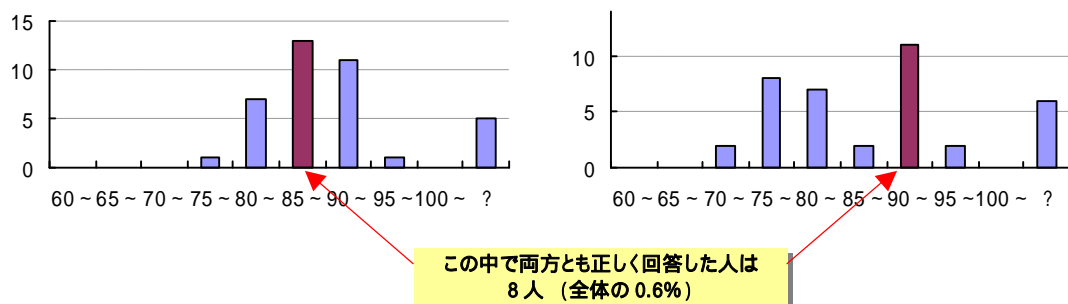
(回答者:メタボリックシンドロームを「知っている」985人)



2006年調査結果

【グラフ6】 『メタボリックシンドローム』の診断基準 ウエスト(腹囲) (単一回答)

(回答者:『メタボリック』を知っていると回答した38人)



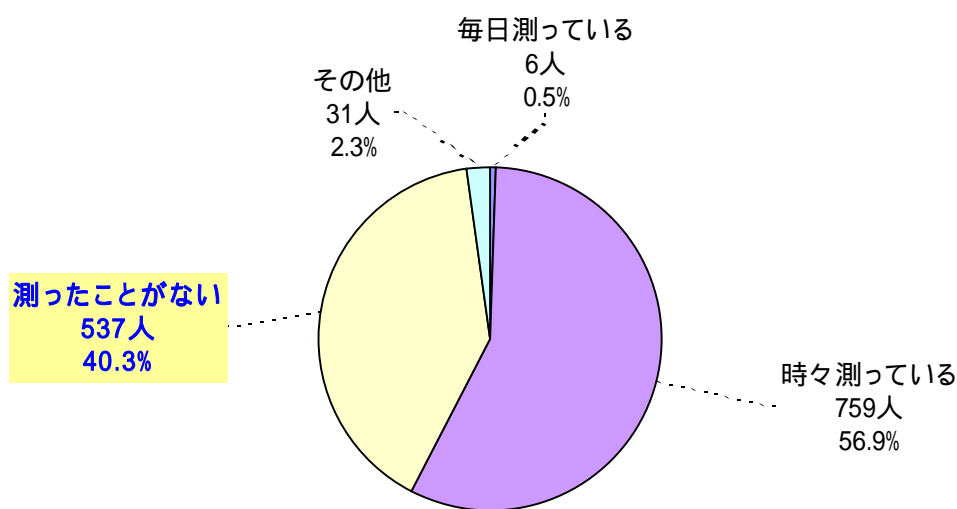
#### 4.4割の人が自身のウエストを測ったことがない

全回答者の40%の人が自身のウエストを測ったことがない実態がわかりました。

また、男性でも2人にひとり(51%、326人/645人中)は、「毎日もしくは時々測っている」という結果となり、男性においてもウエストを気にしている人が多いことがわかりました。(グラフ8)

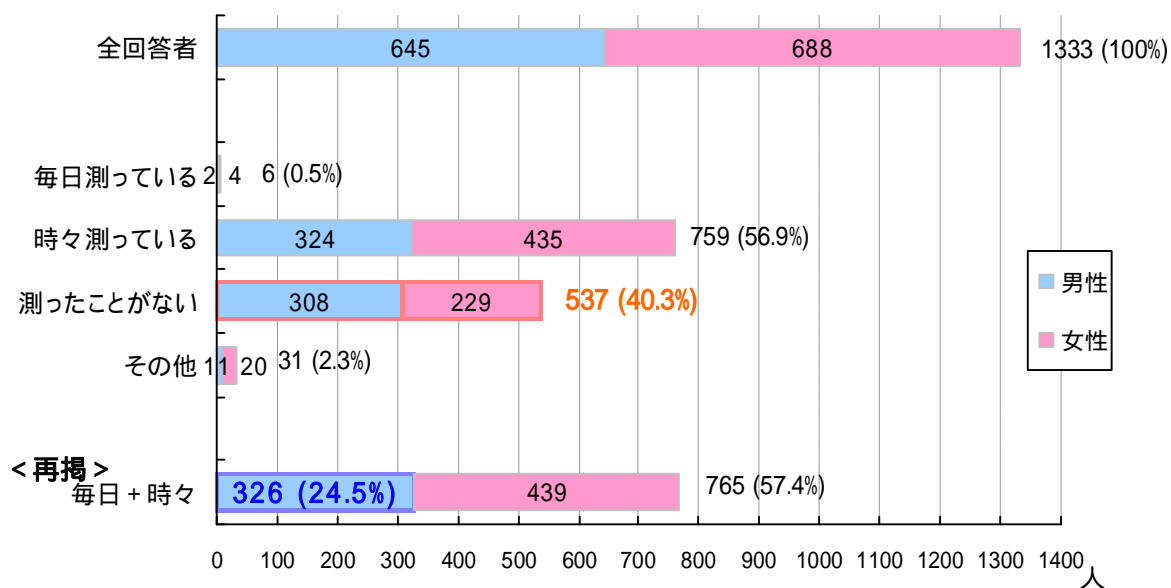
【グラフ7】 あなたご自身のウエストを測ったことがありますか？ (単一回答)

(回答者: 全員1333人)



【グラフ8】 あなたご自身のウエストを測ったことがありますか？ (男女内訳) (単一回答)

(回答者: 全員1333人)



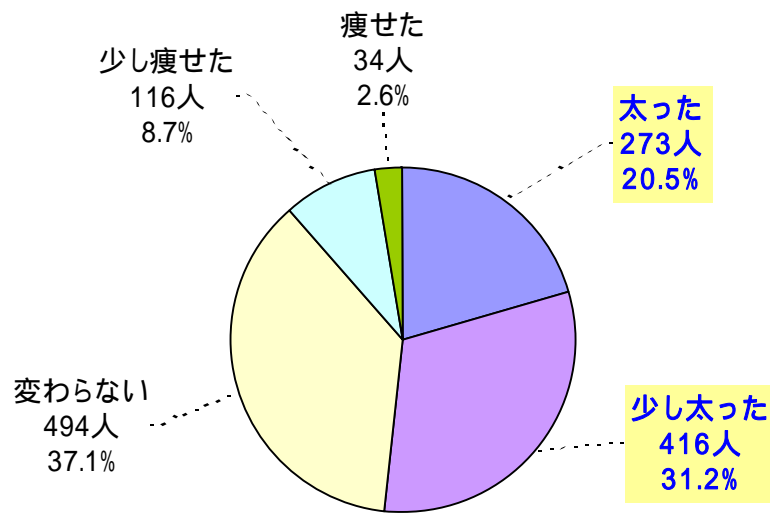
5. 2人にひとりが最近1年以内に太ったと感じており、大部分の人は「おなか」で実感

全回答者の約半数(52%、689人)の人が「太った」または「少し太った」と答えました。

そのうちの大部分の人(94%)が自身の「おなか」で太ったことを実感しているという実態が浮かび上がりました。(グラフ10) 次いで「顔・あご」が38%(262人)と続き、順に「おしり」「脚」「背中」となりました。また、特に「おしり」「脚」「背中」との回答者の大部分は女性が占め、女性の体型に対する意識の高さを感じられる結果となりました。

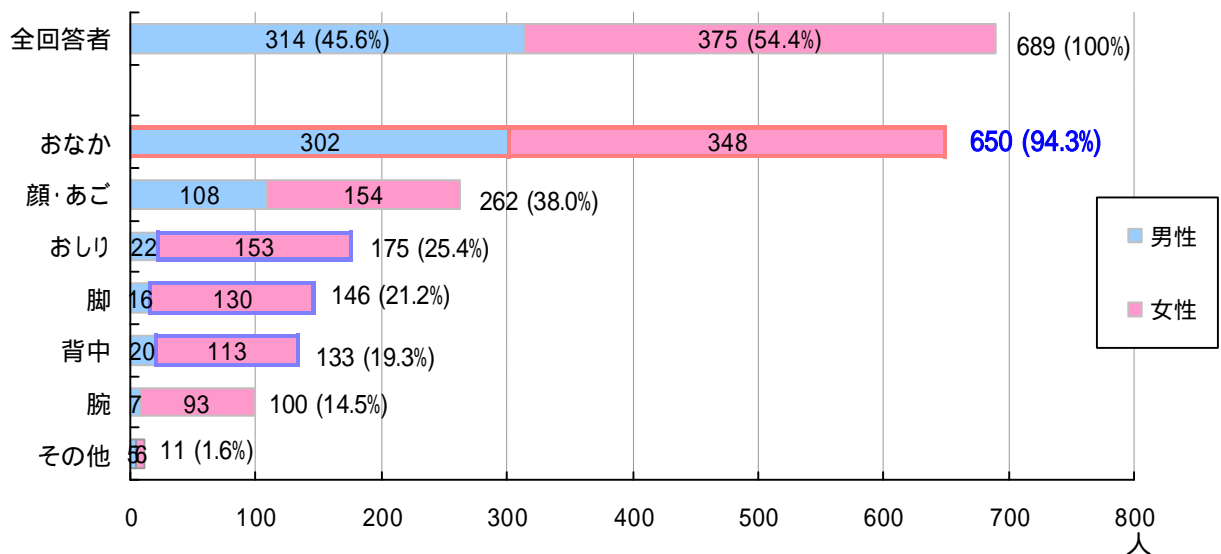
【グラフ9】 最近1年間で「太った」または「痩せた」と感じますか？ (単一回答)

(回答者: 全員1333人)



【グラフ10】 最近1年間で「太った」または「痩せた」と感じますか？ (男女内訳) (単一回答)

(回答者: 最近1年間で「太った」または「少し太った」689人)



## 6. 『内臓脂肪』という言葉を知っている人は79%

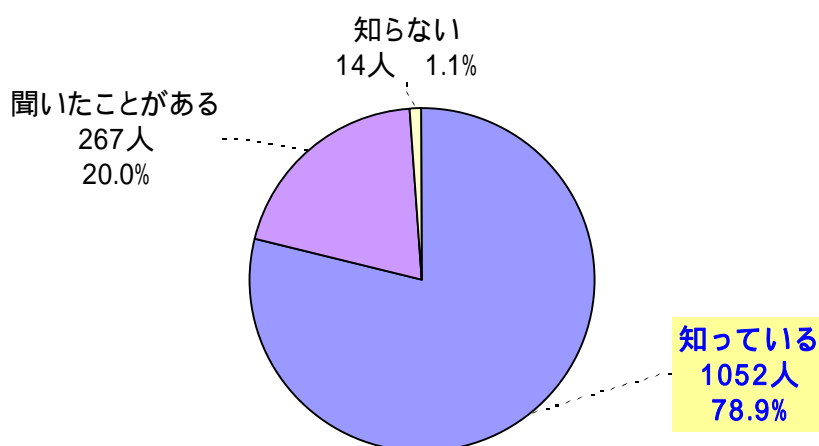
『内臓脂肪』という言葉を知っている人は79% (1052人 / 1333人中) でした。さらに、「聞いたことがある」と回答した人は20% (267人) で、合わせると99% (1319人) となり、調査対象者のほぼ全員が『内臓脂肪』という言葉に接していることがわかりました。

また、『内臓脂肪』を知っている人 (1052人) の79% (828人) が自身の内臓脂肪蓄積に少なからず不安を感じているという実態が浮き彫りになりました。

この結果により、『内臓脂肪』という言葉が広く定着し、意識されていることがわかりました。

【グラフ11】 『内臓脂肪』という言葉を知っていますか？ (単一回答)

(回答者: 全員1333人)



【グラフ12】 自身の『内臓脂肪』の蓄積に不安を感じますか？ (単一回答)

(回答者: 内臓脂肪を「知っている」1052人)

