

## 「肥満調査の手引き」

2017年（平成29年度）版

※ 受診する児童生徒は、「性別年齢別身長別標準体重の表」「小児肥満症の診断基準、小児肥満症診断スコアの参考頁」を受診時、持参しませんので、当手引きを診察室に保管していただくよう、お願い申し上げます。  
受診時に持参するものは、肥満調査票と生活習慣アンケート用紙、学校医・主治医宛文書となります。

### 目次

学校医・主治医各位宛文書	1
保護者宛文書	2
※肥満調査票 小学校用	3
※肥満調査票 中学校用	4
生活習慣アンケート用紙	5
性別年齢別標準体重表 男子用	6
性別年齢別標準体重表 女子用	8
※小児肥満・肥満症について メタボリックシンドローム	10
身長別標準体重計算ソフトについて	11

※本年度より小児肥満症ガイドライン2014に基づき、検査項目正常値を変更しました。  
血圧、総コレステロール、中性脂肪、尿酸値などの基準値が以前より高くなっています。  
小児肥満症の診断基準も新しくなりました。

問い合わせ先；  
後藤敦子（今村記念クリニック小児科）  
〒010-0141  
秋田市下新城長岡字毛無谷地 265  
（TEL:018-872-1313, FAX:018-872-1312）  
E-mail: atsuko.goto4@gmail.com

学校医・主治医 各位

秋田市小児科医会  
 会長 高橋 郁夫  
 秋田市医師会  
 会長 松岡 一志

### 肥満児童に対する調査・指導について（依頼）

新緑の候 先生におかれましてはますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

さて、今年度も秋田市小児科医会では、秋田市医師会と連携し、秋田市内小中学校の肥満児童・生徒を対象に肥満調査を実施いたします。

小中学校で実施した春の健康診断で肥満度 20%以上の児童・生徒に対して、秋田市内の各学校医またはかかりつけの小児医療機関で精密検査等を受けるよう、学校現場でご指導くださいますようお願い申し上げます。

また、肥満児童・生徒が受診した際には「肥満調査票」の検査を実施し、9月末までにご送付いただきたく、よろしくお願い申し上げます。

#### 《検査実施上の留意点》-別送の「肥満調査の手引き」を参考にしてください-

手引きは <http://www.acma.or.jp/> からダウンロードできます（メニューの「秋田市医師会」をクリック→「学校保健関連情報」の中に「肥満調査の手引き」があります）

- 1) 腹囲は、へその高さで計測してください。  
 肥満症のリスクファクターとして小児においても高インスリン血症が注目されています。インスリン測定は中等度以上の肥満（30%以上）や家族歴に糖尿病がある場合等、高インスリン血症が疑われる場合にできるだけ測定してください（保険請求には糖尿病疑い等の病名が必要です）。
- 2) 肥満度の算定は別送の「肥満調査の手引き」の基準を参考にしてください。  
手元に手引きがなく、肥満度の計算が出来ない場合は空欄でも構いません。  
 「肥満調査の手引き」は秋田市医師会 HP からダウンロードできます。  
 肥満度計算フォーム (<http://breath.cside6.com/himando/>) から算出できます。  
 体脂肪率を測定できる場合は、測定値を記入してください。  
 母子手帳より出生時・三歳健診時の計測値を記入してください。
- 3) 採血検査は例年どおり夜8時以降、翌朝の採血時まで、水、お茶以外は飲んだり食べたりしない状態で行ってください。  
 生活習慣アンケートはご指導にご利用ください（送付の必要はありません）。
- 4) 検査結果や指導内容等については、大変お手数ですが記載済みの肥満調査票をコピーするなどして保護者の方へ検査結果等を返していただくようお願いいたします。
- 5) 個人情報保護の観点から、保護者同意のサインをいただいた肥満調査票のみ下記送付先へ9月末日までにお送りください（10月以降は集計に入りませんので送付不要です）。

※本年度より小児肥満症ガイドライン 2014 に基づき、検査項目正常値を変更しました。  
 血圧、総コレステロール、中性脂肪、尿酸値などの基準値が以前より高くなっています。

不明な点がございましたら、下記へお問い合わせください。

今村記念クリニック小児科 後藤敦子  
 〒010-0141 秋田市下新城長岡字毛無谷地 265  
 (TEL : 872-1313、FAX : 872-1312)  
 E-mail ; atsuko.goto4@gmail.com

内科健診結果のお知らせ

このたびの身体測定及び内科健診の結果、下記のように「肥満傾向」が指摘されましたのでお知らせ致します。

秋田市小児科医会の調査では肥満児検診を受けた児童生徒の約5割が小児肥満症と診断され、高脂血症、脂肪肝、高尿酸血症など健康障害が認められています。小児期からの肥満は生活習慣病につながる事がきわめて高いとされており、早い時期に適切な検査と指導を受け、肥満を改善することが大切です。校医の先生方からも、肥満度20%以上の子どもたちについては、将来のためにも精密検査を受けたほうが良いと指導されております。個人に合わせた指導を受け、健康な体づくりに取り組まれるようお勧め致します。

例年7月下旬に、健康な生活を送る方法を親子で楽しみながら学習できる「ひまわり健康家族教室」が予定されています。学校からも後に案内があると思いますが、栄養指導も受けられますのでご希望の方は学校へお問い合わせください。

年 組 : 氏 名		軽度肥満 (肥満度 20%以上)	中等度肥満 (肥満度 30%以上)	高度肥満 (肥満度 50%以上)
身長	cm	<p>高脂血症などが見られる場合があります</p>	<p>高脂血症・脂肪肝・高尿酸血症などの頻度が高くなります</p>	<p>メタボリックシンドロームの危険性が高くなります!!</p>
体重	kg			
標準体重 (適正な体重) は	kg です			
肥満度	%			

- \* 精密検査は、遅くとも夏休み中までに、校医またはかかりつけ医で受けて下さい。
- \* 受診の際には、「①校医またはかかりつけの主治医宛用紙、②肥満調査票、③生活習慣アンケート用紙、④定期健康診断結果の通知書 (ピンク色の用紙)、⑤母子手帳」を持参してください。アンケート用紙と肥満調査票の保護者記載欄は、受診前に記載しておいて下さい。
- \* 保険診療になりますので保険証をお持ち下さい。(費用は3千円前後です)
- \* 血液検査がありますので、診察に行く前日の夜8時以降は、水以外は飲んだり食べたりしないで下さい。
- \* 診察に行く日は朝ごはんを食べないで、午前中早めに行くようにして下さい。血液検査終了まで水以外は飲まないで下さい。
- \* 検査結果の写しを保護者の方へお渡しいただくように校医またはかかりつけ医の先生方へお願いしていますので、検査結果を聞かれる際には、主治医の先生にその旨をお申し出下さい。
- \* 「定期健康診断結果の通知書」(ピンク色の用紙)は、受診後学校へ提出して下さい。
- \* 肥満調査票は学校へは提出しないでください。主治医から送付され、集計されます。
- \* 秋田市児童生徒の健康状態を評価するために、検査結果については秋田市小児科医会で集計されますが、個人が特定されることはありません。

肥満調査票：2017年度（平成29年度）秋田市内小学校

保護者記載欄

(ふりがな) ..... 平成 年 月 日生

---

小学校 年 氏名 ..... 男・女

本調査票は秋田市児童生徒の健康状態を評価するため、秋田市小児科医会に送付され、個人が特定されずにデータ集計されます。そのことに同意します。

保護者自署 \_\_\_\_\_

精密検査結果

	精密検診時		出生時		3歳健診時	
	月	日	在胎	週 日	平成	年 月 日
身長	cm		cm		cm	
体重	kg		g		kg	
腹囲	cm		(腹囲測定はへその高さ)			
肥満度	%		体脂肪率		%	
血圧	収縮期	mmHg	低学年	収縮期130mmHg未満 拡張期80mmHg未満		
	拡張期	mmHg	高学年	収縮期135mmHg未満 拡張期80mmHg未満		
血糖	mg/dl		126 mg/dl未満			
中性脂肪	mg/dl		140 mg/dl未満			
総コレステロール	mg/dl		120 mg~219mg/dl			
HDL-コレステロール	mg/dl		40 mg/dl以上			
GOT (AST)	IU		30 IU以下			
GPT (ALT)	IU		30 IU以下			
尿酸 (UA)	mg/dl		低学年2.0~5.9 高学年2.0~6.1 mg/dl			
インスリン *	μU/ml		15 μU/ml未満			
<input type="checkbox"/> 睡眠時無呼吸（睡眠時にイビキがひどい、時々息を止める） <input type="checkbox"/> 黒色表皮症（首に黒いアカがついた様になる） <input type="checkbox"/> 股ズレや皮膚線条（お腹や太ももに見られる皮膚のすじ） <input type="checkbox"/> 骨折や関節の痛み			<input type="checkbox"/> 左の該当する所にチェックを入れて下さい			
* インスリンは家族歴に糖尿病がある場合や中等度以上の肥満（30%以上）の場合に測定考慮						

指導内容

\_\_\_\_\_ 医院（病院）

肥満調査票：2017年度（平成29年度）秋田市内中学校

保護者記載欄

(ふりがな) \_\_\_\_\_ 平成 年 月 日生

---

中学校 年 氏名 \_\_\_\_\_ 男・女 \_\_\_\_\_

本調査票は秋田市児童生徒の健康状態を評価するため、秋田市小児科医会に送付され、個人が特定されずにデータ集計されます。そのことに同意します。

保護者自署 \_\_\_\_\_

精密検査結果

	精密検診時		出生時		3歳健診時	
	月	日	在胎	週 日	平成	年 月 日
身長	cm		cm		cm	
体重	kg		g		kg	
腹囲	cm		(腹囲測定はへその高さ)			
肥満度	%		体脂肪率		%	
血圧	収縮期	mmHg	中学男子	収縮期140mmHg未満、拡張期85mmHg未満		
	拡張期	mmHg	中学女子	収縮期135mmHg未満、拡張期80mmHg未満		
血糖	mg/dl		126 mg/dl未満			
中性脂肪	mg/dl		140 mg/dl未満			
総コレステロール	mg/dl		120 mg~219 mg/dl			
HDL-コレステロール	mg/dl		40 mg/dl以上			
GOT (AST)	IU		30 IU以下			
GPT (ALT)	IU		30 IU以下			
尿酸 (UA)	mg/dl		男子 2.0~7.0 女子 2.0~6.2 mg/dl			
インスリン *	μU/ml		15 μU/ml未満			
<input type="checkbox"/> 睡眠時無呼吸（睡眠時にイビキがひどい、時々息を止める） <input type="checkbox"/> 黒色表皮症（首に黒いアカがついた様になる） <input type="checkbox"/> 股ズレや皮膚線条（お腹や太ももに見られる皮膚のすじ） <input type="checkbox"/> 骨折や関節の痛み			<input type="checkbox"/> 左の該当する所に チェックを入れて下さい			
* インスリンは家族歴に糖尿病がある場合や中等度以上の肥満（30%以上）の場合に測定考慮						

指導内容

---

\_\_\_\_\_ 医院（病院）

## 生活習慣アンケート

### 保護者のかたへ

お子さまの名前 \_\_\_\_\_

お子さんについて思い当たるものにチェックをつけ  
精密検査を受けられる医療機関にご提出ください

<p><b>家庭環境・生活習慣</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 家族の中に太っている人がいる（父、母、祖父母、兄弟）</li> <li><input type="checkbox"/> 家族の中に心筋梗塞、糖尿病、脳卒中になった人がいる</li> <li><input type="checkbox"/> 家で体重をはかることはあまりない</li> <li><input type="checkbox"/> 夕食後デザートや夜食をとることが多い</li> <li><input type="checkbox"/> おやつは自由に食べられるようになっている</li> <li><input type="checkbox"/> 祖父母がおやつや食事を必要以上に与えることがある</li> <li><input type="checkbox"/> 家庭内に喫煙者がいる</li> </ul>	<p><b>食事</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 塩辛いものや味の濃いものが好き</li> <li><input type="checkbox"/> 脂っこいものや肉類が好き</li> <li><input type="checkbox"/> 骨のある魚や固い食べ物は苦手</li> <li><input type="checkbox"/> ご飯はあまり噛まずに飲み込む</li> <li><input type="checkbox"/> 食事のカロリーを気にしたことはない</li> <li><input type="checkbox"/> 早食いの傾向がある</li> <li><input type="checkbox"/> よく給食のおかわりをする</li> <li><input type="checkbox"/> 満腹になるまで食べないと満足できない</li> <li><input type="checkbox"/> 朝食を抜くなど三食食べないことが多い</li> </ul>
<p><b>運動</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 車での送り迎えが週に一回以上ある</li> <li><input type="checkbox"/> エレベーターやエスカレーターがあると階段は使わない</li> <li><input type="checkbox"/> 体育以外では汗をかくような運動はしない（週に1回以下）</li> <li><input type="checkbox"/> あまり歩きたがらない</li> <li><input type="checkbox"/> 登下校の時間が片道10分以下である</li> <li><input type="checkbox"/> 体を動かすことは好きではない</li> <li><input type="checkbox"/> 家でゲームなどで遊ぶことが多く、外で遊ぶことはあまりない</li> </ul>	<p><b>肥満合併症</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> すいみん中にイビキがひどい</li> <li><input type="checkbox"/> すいみん中に息を止めることがある</li> <li><input type="checkbox"/> 学校へ行きたくなくて腹痛や頭痛を訴えることがある</li> <li><input type="checkbox"/> 太っていることでいじめられたことがある</li> <li><input type="checkbox"/> 骨折したことがある</li> <li><input type="checkbox"/> 関節の痛みを訴えることがある</li> <li><input type="checkbox"/> 体が重くて速く走れない、跳べない</li> <li><input type="checkbox"/> 股ずれがある</li> <li><input type="checkbox"/> 皮膚線状（妊婦さんに見られるようなすじ状の皮膚のひび割れ）がある</li> <li><input type="checkbox"/> 黒色表皮症（首に黒い垢がついたように黒ずんで見えるもの）がある</li> </ul>

栄養指導を希望する等、医療機関に相談したいことがありましたらご記入ください。

( \_\_\_\_\_ )

※ このアンケートは主治医の指導にのみ使用され、秋田市小児科医会へは送付されません。

性別年齢別身長別標準体重（文部科学省） 男子用

	6歳男	7歳男	8歳男	9歳男	10歳男	11歳男	12歳男	13歳男	14歳男	15歳男	16歳男	17歳男	
96	119												96
96.5	12.1												96.5
97	12.3	7歳男											97
97.5	12.6												97.5
98	12.8												98
98.5	13.0												98.5
99	13.3												99
99.5	13.5												99.5
100	13.7	12.4											100
100.5	13.9	12.7											100.5
101	14.2	12.9											101
101.5	14.4	13.2											101.5
102	14.6	13.4	8歳男										102
102.5	14.8	13.7											102.5
103	15.1	14.0											103
103.5	15.3	14.2											103.5
104	15.6	14.5											104
104.5	15.8	14.7											104.5
105	16.0	15.0	13.4										105
105.5	16.3	15.2	13.7										105.5
106	16.5	15.5	13.9										106
106.5	16.7	15.8	14.2										106.5
107	16.9	16.0	14.5										107
107.5	17.2	16.3	14.8										107.5
108	17.4	16.5	15.1	9歳男									108
108.5	17.6	16.8	15.4										108.5
109	17.8	17.0	15.7										109
109.5	18.1	17.3	16.0										109.5
110	18.3	17.6	16.3		10歳男								110
110.5	18.6	17.8	16.6										110.5
111	18.8	18.1	16.9	14.9									111
111.5	19.0	18.3	17.2	15.2									111.5
112	19.3	18.6	17.5	15.5		11歳男							112
112.5	19.5	18.8	17.8	15.9									112.5
113	19.7	19.1	18.1	16.2	14.5								113
113.5	19.9	19.3	18.4	16.6	14.9								113.5
114	20.2	19.6	18.7	16.9	15.3								114
114.5	20.4	19.9	19.0	17.3	15.6								114.5
115	20.6	20.1	19.3	17.6	16.0	14.8							115
115.5	20.8	20.4	19.6	18.0	16.4	15.2							115.5
116	21.1	20.6	19.9	18.3	16.8	15.6							116
116.5	21.3	20.9	20.2	18.6	17.1	16.0							116.5
117	21.6	21.1	20.5	19.0	17.5	16.4	12歳男						117
117.5	21.8	21.4	20.8	19.3	17.9	16.8							117.5
118	22.0	21.7	21.1	19.7	18.3	17.2							118
118.5	22.2	21.9	21.3	20.0	18.7	17.6							118.5
119	22.5	22.2	21.6	20.4	19.0	18.0							119
119.5	22.7	22.4	21.9	20.7	19.4	18.3							119.5
120	22.9	22.7	22.2	21.1	19.8	18.7	18.5						120
120.5	23.2	22.9	22.5	21.4	20.2	19.1	18.7						120.5
121	23.4	23.2	22.8	21.7	20.5	19.5	19.1						121
121.5	23.6	23.5	23.1	22.1	20.9	19.9	19.5						121.5
122	23.8	23.7	23.4	22.4	21.3	20.3	19.9	13歳男					122
122.5	24.1	24.0	23.7	22.8	21.7	20.7	20.3						122.5
123	24.3	24.2	24.0	23.1	22.0	21.1	20.7						123
123.5	24.6	24.5	24.3	23.5	22.4	21.5	21.1						123.5
124	24.8	24.7	24.6	23.8	22.8	21.9	21.5						124
124.5	25.0	25.0	24.9	24.1	23.2	22.3	21.8						124.5
125	25.2	25.2	25.2	24.5	23.5	22.6	22.2	20.5					125
125.5	25.5	25.5	25.5	24.8	23.9	23.0	22.6	20.9					125.5
126	25.7	25.8	25.8	25.2	24.3	23.4	23.0	21.3					126
126.5	25.9	26.0	26.1	25.5	24.7	23.8	23.4	21.7					126.5
127	26.2	26.3	26.4	25.9	25.0	24.2	23.8	22.2	14歳男				127
127.5	26.4	26.5	26.7	26.2	25.4	24.6	24.2	22.6					127.5
128	26.6	26.8	27.0	26.5	25.8	25.0	24.6	23.0					128
128.5	26.8	27.0	27.3	26.9	26.2	25.4	25.0	23.4					128.5
129	27.1	27.3	27.6	27.2	26.5	25.8	25.4	23.8					129
129.5	27.3	27.6	27.9	27.6	26.9	26.2	25.8	24.2					129.5
130	27.5	27.8	28.2	27.9	27.3	26.6	26.1	24.6	24.5				130
130.5	27.8	28.1	28.5	28.3	27.7	26.9	26.5	25.0	24.9				130.5
131	28.0	28.3	28.7	28.6	28.1	27.3	26.9	25.4	25.3				131
131.5	28.2	28.6	29.0	29.0	28.4	27.7	27.3	25.8	25.7				131.5
132	28.5	28.8	29.3	29.3	28.8	28.1	27.7	26.2	26.1				132
132.5	28.7	29.1	29.6	29.6	29.2	28.5	28.1	26.6	26.5				132.5
133	28.9	29.4	29.9	30.0	29.6	28.9	28.5	27.0	26.9	15歳男			133
133.5	29.2	29.6	30.2	30.3	29.9	29.3	28.9	27.6	27.4				133.5
134	29.4	29.9	30.5	30.7	30.3	29.7	29.3	27.9	27.8				134
134.5	29.6	30.1	30.8	31.0	30.7	30.1	29.7	28.3	28.2				134.5
135	29.9	30.4	31.1	31.4	31.1	30.5	30.1	28.7	28.6				135
135.5	30.1	30.6	31.4	31.7	31.4	30.9	30.5	29.1	29.0				135.5
136	30.3	30.9	31.7	32.0	31.8	31.2	30.8	29.5	29.5	33.2			136
136.5	30.5	31.1	32.0	32.4	32.2	31.6	31.2	29.9	29.9	33.6			136.5
137	30.8	31.4	32.3	32.7	32.6	32.0	31.6	30.3	30.3	34.0	16歳男		137
137.5	31.0	31.7	32.6	33.1	32.9	32.4	32.0	30.7	30.7	34.3			137.5
138	31.2	31.9	32.9	33.4	33.3	32.8	32.4	31.1	31.1	34.7			138
138.5	31.5	32.2	33.2	33.8	33.7	33.2	32.8	31.5	31.5	35.1			138.5
139	31.7	32.4	33.5	34.1	34.1	33.6	33.2	31.9	32.0	35.5			139
139.5	31.9	32.7	33.8	34.4	34.4	34.0	33.6	32.3	32.4	35.9			139.5
140	32.2	32.9	34.1	34.8	34.8	34.4	34.0	32.8	32.8	36.3	40.0		140
140.5	32.4	33.2	34.4	35.1	35.2	34.8	34.4	33.2	33.2	36.6	40.3		140.5
141	32.7	33.5	34.7	35.5	35.6	35.2	34.8	33.6	33.6	37.0	40.7		141

$$\text{身長}(\text{cm}) = \frac{\text{年齢別標準体重}}{\text{標準体重}} \times 100$$





性別年齢別身長別標準体重（文部科学省） 女子用

	6歳女	7歳女	8歳女	9歳女	10歳女	11歳女	12歳女	13歳女	14歳女	15歳女	16歳女	17歳女	
95													95
96	11.9												96
96.5	12.1												96.5
97	12.3	7歳女											97
97.5	12.6												97.5
98	12.8												98
98.5	13.0												98.5
99	13.3												99
99.5	13.5												99.5
100	13.7	12.4											100
100.5	14.0	12.7											100.5
101	14.2	12.9											101
101.5	14.4	13.2											101.5
102	14.6	13.4	8歳女										102
102.5	14.9	13.7											102.5
103	15.1	14.0											103
103.5	15.3	14.2											103.5
104	15.6	14.5											104
104.5	15.8	14.7											104.5
105	16.0	15.0	13.9										105
105.5	16.2	15.2	14.2										105.5
106	16.5	15.5	14.5										106
106.5	16.7	15.7	14.7										106.5
107	16.9	16.0	15.0	9歳女									107
107.5	17.2	16.2	15.3										107.5
108	17.4	16.5	15.6										108
108.5	17.6	16.8	16.9										108.5
109	17.8	17.0	16.1										109
109.5	18.1	17.3	16.4										109.5
110	18.3	17.5	16.7	14.7									110
110.5	18.5	17.8	17.0	15.1									110.5
111	18.8	18.0	17.3	15.4	10歳女								111
111.5	19.0	18.3	17.5	15.7									111.5
112	19.2	18.5	17.8	16.0									112
112.5	19.4	18.8	18.1	16.4									112.5
113	19.7	19.0	18.4	16.7									113
113.5	19.9	19.3	18.7	17.0									113.5
114	20.1	19.5	18.9	17.3	15.1								114
114.5	20.4	19.8	19.2	17.7	15.5								114.5
115	20.6	20.1	19.5	18.0	15.9								115
115.5	20.8	20.3	19.8	18.3	16.2								115.5
116	21.0	20.6	20.1	18.6	16.6								116
116.5	21.3	20.8	20.4	19.0	17.0								116.5
117	21.5	21.1	20.6	19.3	17.3	11歳女							117
117.5	21.7	21.3	20.9	19.6	17.7								117.5
118	22.0	21.6	21.2	19.9	18.0								118
118.5	22.2	21.9	21.5	20.3	18.4								118.5
119	22.4	22.1	21.8	20.6	18.8								119
119.5	22.7	22.3	22.0	20.9	19.1								119.5
120	22.9	22.6	22.3	21.2	19.5	17.5							120
120.5	23.1	22.8	22.6	21.6	19.9	17.9							120.5
121	23.3	23.1	22.9	21.9	20.2	18.3							121
121.5	23.6	23.4	23.2	22.2	20.6	18.7							121.5
122	23.8	23.6	23.4	22.6	21.0	19.1	12歳女						122
122.5	24.0	23.9	23.7	22.9	21.3	19.5							122.5
123	24.3	24.1	24.0	23.2	21.7	19.9							123
123.5	24.5	24.4	24.3	23.5	22.1	20.3							123.5
124	24.7	24.6	24.6	23.9	22.4	20.7	13歳女						124
124.5	24.9	24.9	24.8	24.2	22.8	21.1							124.5
125	25.2	25.1	25.1	24.5	23.2	21.5	22.6						125
125.5	25.4	25.4	25.4	24.8	23.5	21.9	23.0						125.5
126	25.6	25.6	25.7	25.2	23.9	22.3	23.4	14歳女					126
126.5	25.9	25.9	26.0	25.5	24.3	22.7	23.8						126.5
127	26.1	26.1	26.2	25.8	24.6	23.1	24.2	29.0	15歳女	16歳女	17歳女		127
127.5	26.3	26.4	26.5	26.1	25.0	23.5	24.6	29.3					127.5
128	26.5	26.7	26.8	26.5	25.3	23.9	25.0	29.6					128
128.5	26.8	26.9	27.1	26.8	25.7	24.3	25.4	29.9					128.5
129	27.0	27.2	27.4	27.1	26.1	24.7	25.8	30.3	33.4				129
129.5	27.2	27.4	27.6	27.4	26.4	25.1	26.1	30.6	33.7				129.5
130	27.5	27.7	27.9	27.8	26.8	25.5	26.5	30.9	34.0	35.8	36.1	35.4	130
130.5		27.9	28.2	28.1	27.2	25.9	26.9	31.2	34.3	36.1	36.4	35.7	130.5
131	6歳女	28.2	28.5	28.4	27.5	26.3	27.3	31.6	34.6	36.4	36.7	36.0	131
131.5		28.4	28.8	28.7	27.9	26.7	27.7	31.9	34.8	36.6	37.0	36.3	131.5
132		28.7	29.0	29.1	28.3	27.2	28.1	32.2	35.1	36.9	37.2	36.6	132
132.5		28.9	29.3	29.4	28.6	27.6	28.5	32.6	35.4	37.2	37.5	36.9	132.5
133		29.2	29.6	29.7	29.0	28.0	28.9	32.9	35.7	37.5	37.8	37.2	133
133.5		29.5	29.9	30.1	29.4	28.4	29.3	33.2	36.0	37.8	38.1	37.5	133.5
134		29.7	30.2	30.4	29.7	28.8	29.7	33.5	36.3	38.0	38.4	37.8	134
134.5		30.0	30.4	30.7	30.1	29.2	30.1	33.9	36.6	38.3	38.7	38.1	134.5
135		30.2	30.7	31.0	30.5	29.6	30.5	34.2	36.9	38.6	39.0	38.4	135
135.5		30.5	31.0	31.4	30.8	30.0	30.9	34.5	37.2	38.9	39.3	38.7	135.5
136		30.7	31.3	31.7	31.2	30.4	31.3	34.8	37.5	39.2	39.6	39.0	136

136.5	31.0	31.6	32.0	31.8	30.8	31.7	35.2	37.8	39.4	39.8	39.3	136.5
137	31.2	31.9	32.3	31.9	31.2	32.1	35.5	38.1	39.7	40.1	38.6	137
137.5	31.5	32.1	32.7	32.3	31.6	32.5	35.8	38.4	40.0	40.4	38.9	137.5
138	31.7	32.4	33.0	32.6	32.0	32.9	36.2	38.7	40.3	40.7	40.2	138
138.5	32.0	32.7	33.3	33.0	32.4	33.3	36.5	39.0	40.6	41.0	40.5	138.5
139	32.2	33.0	33.6	33.4	32.8	33.7	36.8	39.3	40.8	41.3	40.8	139
139.5	32.5	33.3	34.0	33.7	33.2	34.1	37.1	39.6	41.1	41.6	41.1	139.5
140	32.8	33.5	34.3	34.1	33.6	34.5	37.5	39.9	41.4	41.9	41.4	140
140.5		33.8	34.6	34.5	34.0	34.9	37.8	40.2	41.7	42.2	41.7	140.5
141	7歲女	34.1	34.9	34.8	34.4	35.3	38.1	40.5	42.0	42.4	42.0	141
141.5		34.4	35.3	35.2	34.8	35.7	38.4	40.8	42.2	42.7	42.3	141.5
142		34.7	35.6	35.6	35.2	36.1	38.8	41.1	42.5	43.0	42.6	142
142.5		34.9	35.9	35.9	35.6	36.5	39.1	41.4	42.8	43.3	42.9	142.5
143		35.2	36.2	36.3	36.0	36.9	39.4	41.7	43.1	43.6	43.2	143
143.5		35.5	36.6	36.7	36.4	37.3	39.8	42.0	43.4	43.9	43.5	143.5
144		35.8	36.9	37.0	36.6	37.7	40.1	42.3	43.6	44.2	43.8	144
144.5		36.1	37.2	37.4	37.2	38.1	40.4	42.6	43.9	44.5	44.1	144.5
145		36.3	37.5	37.8	37.6	38.5	40.7	42.9	44.2	44.8	44.4	145
145.5		36.6	37.9	38.1	38.0	38.9	41.1	43.2	44.5	45.0	44.7	145.5
146		36.9	38.2	38.5	38.4	39.3	41.4	43.5	44.8	45.3	45.0	146
146.5		37.2	38.5	38.9	38.8	39.7	41.7	43.8	45.0	45.6	45.3	146.5
147		37.5	38.9	39.2	39.2	40.1	42.1	44.1	45.3	45.9	45.6	147
147.5		37.7	39.2	39.6	39.6	40.5	42.4	44.4	45.6	46.2	45.9	147.5
148		38.0	39.5	39.9	40.0	40.9	42.7	44.6	45.9	46.5	46.2	148
148.5		38.3	39.8	40.3	40.4	41.3	43.0	44.9	46.2	46.8	46.5	148.5
149		38.6	40.2	40.7	40.8	41.7	43.4	45.2	46.4	47.1	46.8	149
149.5		38.9	40.5	41.0	41.2	42.1	43.7	45.5	46.7	47.4	47.1	149.5
150		39.1	40.8	41.4	41.6	42.5	44.0	45.8	47.0	47.6	47.4	150
150.5		41.1	41.8	42.0	42.0	42.9	44.3	46.1	47.3	47.9	47.7	150.5
151	8歲女	41.5	42.1	42.4	42.4	43.3	44.7	46.4	47.6	48.2	48.0	151
151.5		41.8	42.5	42.8	42.8	43.7	45.0	46.7	47.8	48.5	48.3	151.5
152		42.1	42.9	43.2	43.2	44.1	45.3	47.0	48.1	48.8	48.6	152
152.5		42.4	43.2	43.6	43.6	44.5	45.7	47.3	48.4	49.1	48.9	152.5
153		42.8	43.6	44.0	44.0	44.9	46.0	47.6	48.7	49.4	49.2	153
153.5		43.1	44.0	44.4	44.4	45.3	46.3	47.9	49.0	49.7	49.5	153.5
154		43.4	44.3	44.8	44.8	45.7	46.6	48.2	49.2	50.0	49.8	154
154.5		43.7	44.7	45.2	45.2	46.0	47.0	48.5	49.5	50.2	50.1	154.5
155		44.1	45.1	45.6	45.6	46.4	47.3	48.8	49.8	50.5	50.4	155
155.5		44.4	45.4	46.0	46.0	46.8	47.6	49.1	50.1	50.8	50.7	155.5
156		44.7	45.8	46.4	46.4	47.2	47.9	49.4	50.4	51.1	50.9	156
156.5		45.0	46.2	46.8	46.8	47.6	48.3	49.7	50.6	51.4	51.2	156.5
157		45.4	46.5	47.2	47.2	48.0	48.6	50.0	50.9	51.7	51.5	157
157.5		45.7	46.9	47.6	47.6	48.4	48.9	50.3	51.2	52.0	51.8	157.5
158		46.0	47.2	48.0	48.0	48.8	49.3	50.6	51.5	52.3	52.1	158
158.5		47.6	48.4	49.2	49.2	49.6	50.9	51.8	52.6	52.4	52.4	158.5
159	9歲女	48.0	48.8	49.6	49.6	49.9	51.2	52.0	52.8	52.8	52.7	159
159.5		48.3	49.2	50.0	50.0	50.2	51.5	52.3	53.1	53.1	53.0	159.5
160		48.7	49.6	50.4	50.4	50.6	51.8	52.6	53.4	53.3	53.3	160
160.5		49.1	50.0	50.8	50.8	50.9	52.1	52.9	53.7	53.6	53.6	160.5
161		49.4	50.4	51.2	51.2	51.2	52.4	53.2	54.0	53.9	53.9	161
161.5		49.8	50.8	51.6	51.6	51.5	52.7	53.4	54.3	54.2	54.2	161.5
162		50.2	51.2	52.0	51.9	53.0	53.7	54.6	54.5	54.5	54.5	162
162.5		51.6	52.4	52.2	53.3	54.0	54.9	54.8	54.8	54.8	54.8	162.5
163	10歲女	52.0	52.8	52.5	53.6	54.3	55.2	55.1	55.1	55.1	55.1	163
163.5		52.4	53.2	52.9	53.9	54.6	55.4	55.4	55.4	55.4	55.4	163.5
164		52.8	53.6	53.2	54.2	54.8	55.7	55.7	55.7	55.7	55.7	164
164.5		53.2	54.0	53.5	54.4	55.1	56.0	56.0	56.0	56.0	56.0	164.5
165		53.6	54.4	53.8	54.7	55.4	56.3	56.3	56.3	56.3	56.3	165
165.5		54.1	54.8	54.2	55.0	55.7	56.6	56.6	56.6	56.6	56.6	165.5
166		54.5	55.2	54.5	55.3	56.0	56.9	56.9	56.9	56.9	56.9	166
166.5		54.9	55.6	54.8	55.6	56.2	57.2	57.2	57.2	57.2	57.2	166.5
167		55.3	56.0	55.2	55.9	56.5	57.5	57.5	57.5	57.5	57.5	167
167.5		55.7	56.4	55.5	56.2	56.8	57.8	57.8	57.8	57.8	57.8	167.5
168		56.1	56.8	55.8	56.5	57.1	58.0	58.0	58.0	58.0	58.0	168
168.5		57.2	56.1	56.8	57.4	58.3	58.4	58.4	58.4	58.4	58.4	168.5
169	11歲女	57.6	56.5	57.1	57.6	58.6	58.7	58.7	58.7	58.7	58.7	169
169.5		58.0	56.8	57.4	57.9	58.9	59.0	59.0	59.0	59.0	59.0	169.5
170		58.4	57.1	57.7	58.2	59.2	59.3	59.3	59.3	59.3	59.3	170
170.5		58.8	57.4	58.0	58.5	59.5	59.6	59.6	59.6	59.6	59.6	170.5
171		59.2	57.8	58.3	58.8	59.8	59.9	59.9	59.9	59.9	59.9	171
171.5		59.6	58.1	58.6	59.0	60.1	60.2	60.2	60.2	60.2	60.2	171.5
172		60.0	58.4	58.9	59.3	60.4	60.5	60.5	60.5	60.5	60.5	172
172.5		60.4	58.8	59.2	59.6	60.6	60.8	60.8	60.8	60.8	60.8	172.5
173		60.8	59.1	59.5	59.9	60.9	61.1	61.1	61.1	61.1	61.1	173
173.5		61.2	59.4	59.8	60.2	61.2	61.4	61.4	61.4	61.4	61.4	173.5
174		61.6	59.7	60.1	60.4	61.5	61.7	61.7	61.7	61.7	61.7	174
174.5		62.0	60.1	60.4	60.7	61.8	62.0	62.0	62.0	62.0	62.0	174.5
175		62.4	60.4	60.7	61.0	62.1	62.3	62.3	62.3	62.3	62.3	175
175.5		60.7	61.0	61.3	61.6	62.4	62.6	62.6	62.6	62.6	62.6	175.5
176	12歲女	61.0	61.3	61.6	61.8	62.7	62.9	62.9	62.9	62.9	62.9	176
176.5		61.4	61.6	61.8	61.8	63.0	63.2	63.2	63.2	63.2	63.2	176.5
177		61.7	61.9	62.1	62.1	63.2	63.5	63.5	63.5	63.5	63.5	177
177.5		62.2	62.2	62.2	62.2	63.5	63.8	63.8	63.8	63.8	63.8	177.5
178		62.5	62.5	62.5	62.5	63.8	64.1	64.1	64.1	64.1	64.1	178
178.5		63.0	63.0	63.0	63.0	64.1	64.4	64.4	64.4	64.4	64.4	178.5

**小児肥満の定義**

肥満度 $\geq 20\%$ 以上、かつ有意に体脂肪率が増加した状態

(有意な体脂肪率増加とは、男児:年齢を問わず $25\%$ 以上、女児:11歳未満は $30\%$ 以上、11歳以上は $35\%$ 以上)

**小児肥満症の定義**

肥満に起因ないし関連する健康障害(医学的異常)を合併するか、その合併が予測される場合で、医学的に肥満を軽減する必要がある状態をいい、疾患単位として取り扱う

適用年齢 6歳から18歳未満

**肥満症診断** A項目: 肥満治療を必要とする医学的異常

B項目: 肥満と関連が深い医学的異常

参考項目: 身体的因子や生活面の問題

A項目を一つ以上有するもの

肥満度 $\geq 50\%$ でB項目の一つ以上を満たすもの

肥満度 $< 50\%$ でB項目の二つ以上を満たすもの

(参考項目は二つ以上あれば、B項目一つと同等)

を小児肥満症とする

診断基準に含まれる肥満に伴う健康障害

**A項目**

## 1) 高血圧

[小学生] 低学年 収縮期 $\geq 130$ または拡張期 $\geq 80$  高学年 収縮期 $\geq 135$ または拡張期 $\geq 80$

[中学生] 男児 収縮期 $\geq 140$ または拡張期 $\geq 85$  女児 収縮期 $\geq 135$ または拡張期 $\geq 80$

## 2) 睡眠時無呼吸症候群などの換気障害

## 3) 2型糖尿病、耐糖能障害

空腹時血糖 $\geq 126$ mg/dl, OGTT (1.75g/kg 最大75g) 2時間値 $\geq 200$ mg/dl

随時血糖 $\geq 200$ mg/dl, HbA1c $\geq 6.5\%$

## 4) 内臓脂肪型肥満

スクリーニング検査: 腹囲 $\geq 80$ cm (小学生では $\geq 75$ かつ/または腹囲身長比 $\geq 0.5$ )

確定診断: 腹部CTで内臓脂肪面積 $\geq 60$ cm<sup>2</sup>

**B項目**

1) 非アルコール性脂肪性肝疾患 (ALT優位 ALT>ASTでALT $> 30$ IU/ml・CT等で脂肪肝所見)

2) 高インスリン血症 (空腹時IRI $\geq 15$  $\mu$ U/ml) かつ/または黒色表皮腫

3) 高総コレステロール血症 (TC $\geq 220$ mg/dl) かつ/または高non HDL-C血症

4) 高トリグリセライド血症 (TG $\geq 140$ mg/dl) かつ/または低HDL-C血症 (HDL-C $< 40$ mg/dl)

5) 高尿酸血症

UA  $\geq 6.0$  [小学校低学年]  $\geq 6.2$  [小学校高学年]  $\geq 6.3$  [中学生女子]  $\geq 7.1$  [中学生男子]

**参考項目**

1) 皮膚線条などの皮膚所見

2) 肥満に起因する運動器不全

3) 月経異常

4) 肥満に起因する不登校、いじめなど

5) 低出生体重児または高出生体重児

**小児期 (6~15歳) メタボリックシンドロームの診断基準**

① 腹囲80cm以上 (腹囲/身長が0.5以上、または小学生では腹囲75cm以上、で①に該当するとする)

② 血清脂質 中性脂肪 120mg/dl以上 かつまたは HDL-C 40mg/dl未満

③ 血圧 収縮期血圧 125mmHg以上 かつまたは拡張期血圧 70mmHg以上

④ 空腹時血糖 100mg/dl以上

①があり、②~④のうち2項目を有する場合にメタボリックシンドロームと診断する

## 身長別標準体重計算ソフトについて

秋田市の肥満児調査では、大野忠先生作成の標準体重計算式（平成11-13年全国統計を基準とする）を使用して参りましたが、混乱を避けるため19年度より全国版の標準体重によるものに統一しています。

市内各学校には、秋田県版と全国版の肥満度が1回の入力で算出できる計算ソフトが配布されております。ご入用の方には送付いたしますので、下記へお問い合わせください。  
メールでご連絡いただくとありがたいです。

インターネットのブラウザで計算できる計算フォームもありますのでご利用ください。  
肥満度計算フォーム  
<http://breath.cside6.com/himando/>

問い合わせ先；  
後藤敦子（今村記念クリニック小児科）  
〒010-0141  
秋田市下新城長岡字毛無谷地 265  
（TEL:018-872-1313, FAX:018-872-1312）  
E-mail: atsuko.goto4@gmail.com