

鳥取県の20～39歳における職業別メタボリックシンドロームの現状について ～職種別にみた生活習慣の傾向～

公益財団法人 鳥取県保健事業団 ○福田咲貴子 岸田 夏澄 梶川 貴子 村上久美子

I はじめに

2008年より始まった特定健診・特定保健指導は、対象年齢を40～74歳としているが、生活習慣病は40歳以前の生活習慣が大きく影響していると思われる。今回は、前回の続報として、特定健診・特定保健指導の対象外となっている若い世代（20～39歳）におけるメタボリックシンドローム該当者及び予備群の状況と標準問診からの生活習慣結果の概要について、職業別に調査したので報告する。

II 対象者

平成23年度に公益財団法人鳥取県保健事業団で健康診断を受けた20～39歳の者のうち、メタボリックシンドローム判定基準の検査項目データ・問診項目が揃っている受診者の健康診断結果（男性：2730名、女性：1592名）。

III 集計方法

非該当、腹囲のみ該当、腹囲+リスク1つ、腹囲+リスク2つ、腹囲+リスク3つの計5つの群に分けて、職種・男女別に集計した（表1）。男性については、問診より、生活習慣について職種・リスク別に集計した。女性については、職種によって人数に偏りがあり、ほぼ非該当であったため、問診による集計は行わなかった。

表1 職種別メタボリックシンドロームの判定内訳（率）【男性】

職種	非該当	腹囲のみ	予備群	メタボ該当
農林水産業	24(72.2)	5(15.2)	4(12.1)	0(0.0)
販売・営業	209(62.4)	52(15.5)	51(15.2)	23(6.9)
管理職	58(57.4)	15(14.9)	17(16.8)	11(10.9)
教員・保育士	99(67.8)	22(15.1)	20(13.7)	5(3.4)
保安職	88(67.7)	18(13.8)	21(16.2)	3(2.3)
運輸・通信	73(60.3)	19(15.7)	19(15.7)	10(8.3)
一般事務	218(70.3)	39(12.6)	36(11.6)	17(5.5)
サービス業	288(72.5)	48(12.1)	41(10.3)	20(5.0)
専門的・技術的	573(73.3)	72(9.2)	96(12.3)	41(5.2)
技能・生産工程	270(72.0)	45(12.0)	38(10.1)	22(5.9)

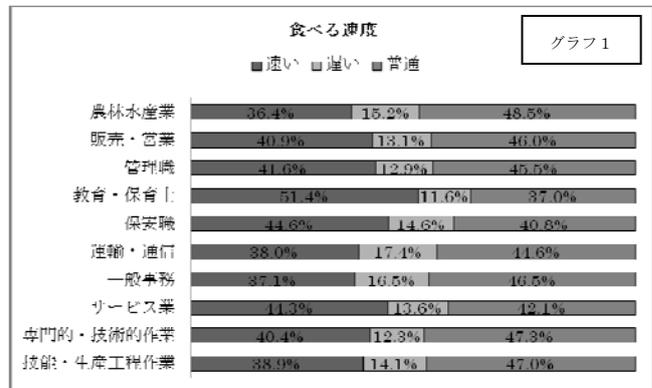
表1 職種別メタボリックシンドロームの判定内訳（率）【女性】

職種	非該当	腹囲のみ	予備群	メタボ該当
農林水産業	7(90.0)	1(12.5)	0(0.0)	0(0.0)
販売・営業	92(97.9)	1(1.1)	1(1.1)	0(0.0)
管理職	7(100.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)
教員・保育士	264(93.6)	7(2.5)	10(3.5)	1(0.4)
保安職	2(100.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)
運輸・通信	5(100.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)
一般事務	610(94.9)	20(3.1)	9(1.4)	4(0.6)
サービス業	214(91.5)	7(3.0)	9(3.8)	4(1.7)
専門的・技術的	181(92.3)	6(3.1)	5(2.6)	4(2.0)
技能・生産工程	115(95.0)	2(1.7)	3(2.5)	1(0.8)

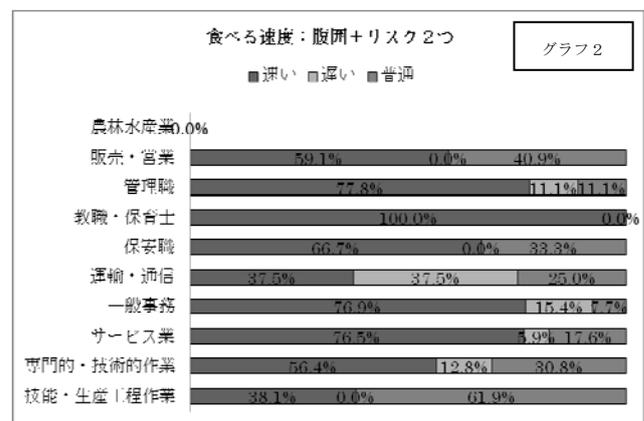
IV 結果

(1) 『人と比べて食べる速度が速い』

速いと答えた者の割合は、教員・保育士で最も高く、5割を超えていたのはこの職種のみであった（グラフ1）。

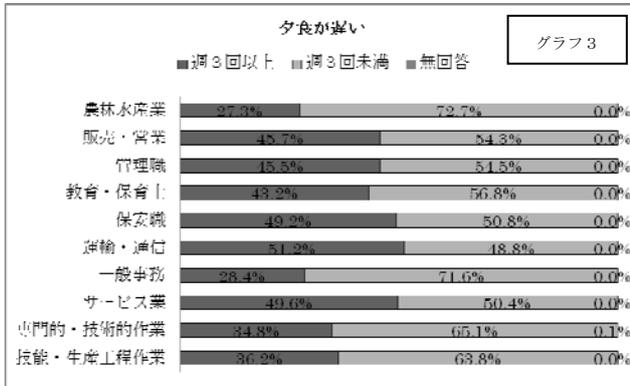


リスク別に見ると、リスクが増えるに従って、速いと答えた者の割合が高くなる傾向がみられた。教員・保育士で、速いと答えた者の割合が非該当45.5%、リスク1つ60%、リスク2つ100%と最も高かった。（グラフ2）

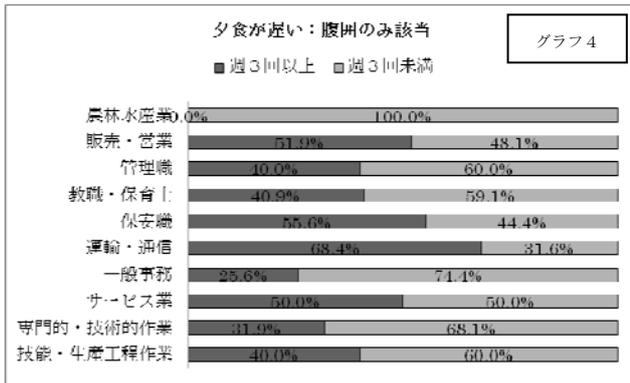


(2) 『週3回以上、寝る前の2時間以内に食事をとる』

週3回以上と答えた者の割合は、運輸・通信で最も高く、5割を超えていたのはこの職種のみであった。次いで、サービス業、保安職となっており、5割近い割合となっている(グラフ3)。

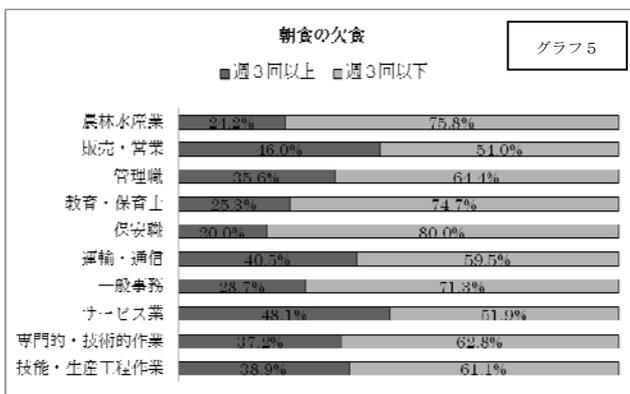


リスク別に見ると、週3回以上と答えた者の割合が5割を超えるのが4職種と最も多かったのは、腹囲のみ該当においてであった(グラフ4)。サービス業では、非該当で50%と最も高く、さらに、腹囲のみ該当とリスク2つで5割を超えていた。



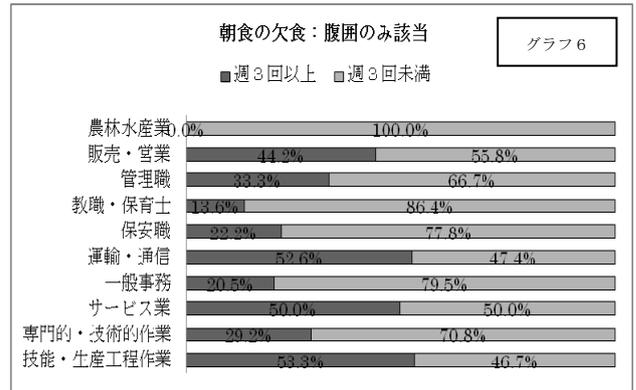
(3) 『週3回以上、朝食をとらない』

週3回以下と答えた者の割合は、保安職で8割と最も高く、農林水産業、教員・保育士、一般事務で7割を超えていた(グラフ5)。



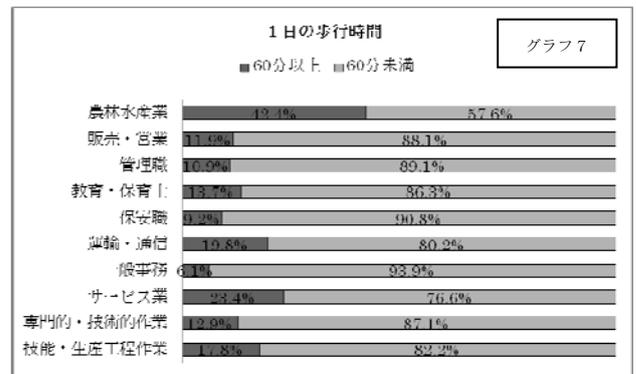
リスク別に見ると、リスク3つ以外の群で、週3回以上と答えた者の割合が5割を超えることは少なかった。腹囲のみ該当において、5割を超えるのが3職種と最も多かった(グラフ6)。

販売・営業では、リスク1つと2つで、最も割合が高く、5割を超えていた。



(4) 『1日におよそ連続60分くらい歩く』

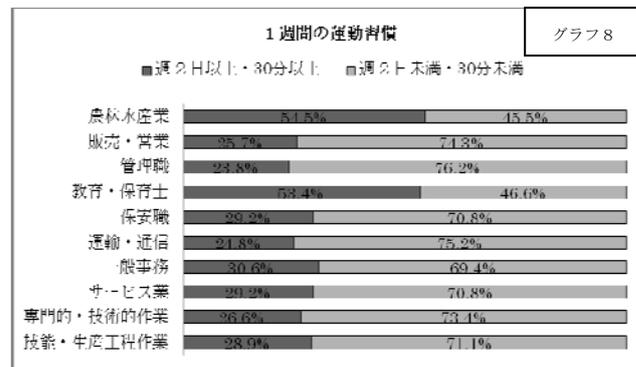
60分以上と答えた者の割合は、農林水産業で4割を超え、最も高かった(グラフ7)。



リスク別にみると、非該当では農林水産業、腹囲のみ該当では運輸・通信業、リスク1つでは農林水産業、リスク2つでは技能・生産工程作業、リスク3つでは管理職が最も高くなっている。また、リスクが減るに従って、60分以上と答えた者の割合が高くなる傾向がみられた。

(5) 『週2日以上・30分以上、汗をかくような運動を行う』

週2日以上・30分以上と答えた者の割合は、農林水産業で最も高く、次いで教育・保育士となっており、ともに5割を超えている。(グラフ8)



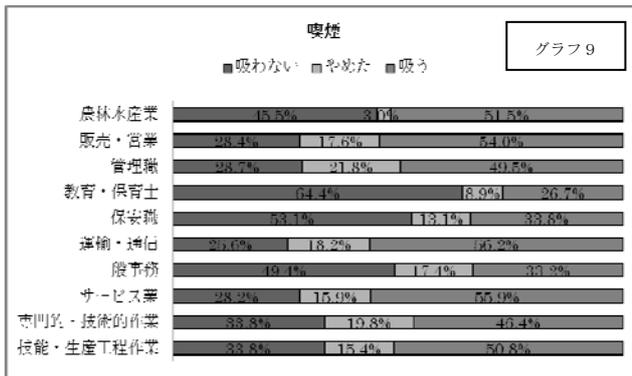
リスク別にみると、どの群においても、教員・保育士の運動習

慣を持つ者の割合は高く、農林水産業においても高い傾向がみられた。

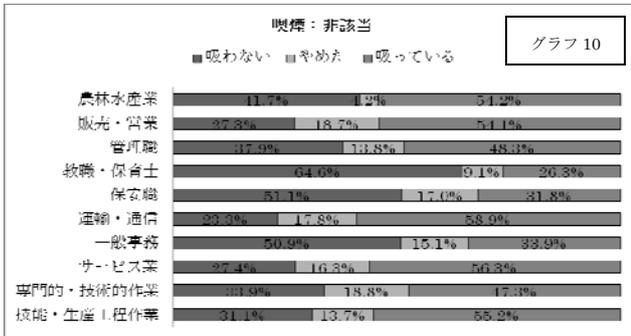
また、全体的に、リスクが減るに従って、運動習慣があると答えた者の割合が高くなっている。

(6) 喫煙

喫煙すると答えた者の割合が高い順に、運輸・通信、サービス業、販売・営業、農林水産、技能・生産工程作業となっており、5割を超えている。「喫煙する」と答えた者の割合が低い職種は、教員・保育士、保安職、一般事務で、約3割となっている（グラフ9）。



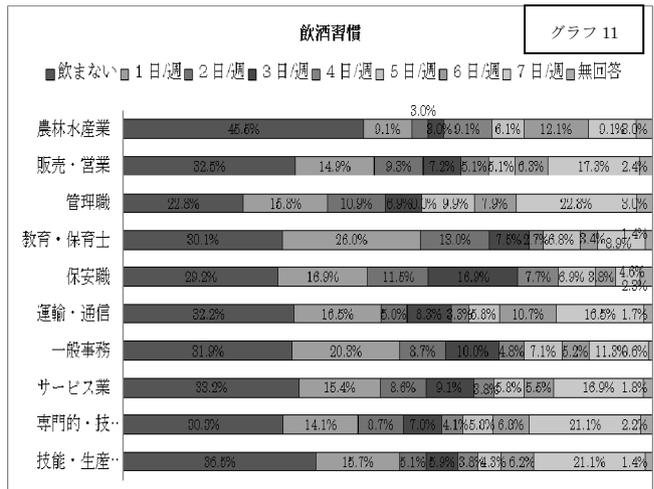
リスク別にみると、非該当において、喫煙すると答えた者の割合が7職種で約5～6割となっている。腹囲のみ該当とリスク2つを比較すると、8職種でリスク2つの方が喫煙率が高くなっている（グラフ10）。



(7) 飲酒の頻度

週1日以上飲酒すると答えた者が多い職種は、管理職、保安職、教員・保育士であり、約7～8割となっているが、保安職、教員・保育士では週3日以下の飲酒が約5割を占めている。管理職、専門的・技術的作業、技能・生産工程作業においては、毎日飲酒すると答えた者が2割を超えている。

飲酒しないと答えた者が多い職種は、農林水産業、技能・生産工程作業、サービス業となっている（グラフ11）。



リスク別にみると、毎日飲酒すると答えた者が2割を超えた職種は、非該当で4職種あったが、腹囲のみ該当で1職種、リスク1つで0職種と減少し、リスク2つで4職種に増加している。

V まとめ

職種別に見ると、食習慣については、仕事中の食事時間が規則的と思われる教員・保育士で食べるのが速い傾向があり、食事時間が不規則と思われる、運輸・通信、サービス業、販売・営業で、寝る前の2時間以内の食事摂取や、朝食の欠食が多い傾向にあった。運動習慣については、仕事上動く機会が多いと思われる、農林水産業や教員・保育士などで高く、喫煙については、敷地内禁煙が多い教員・保育士、保安職に低いという傾向もあり、職種による影響が生活習慣に大きく表れていたと考えられる。

表1を見ると、どの職種においても6～7割が非該当であった。全職種においてメタボ該当者の割合も低いが、約1割を占めている運輸・通信、管理職については、喫煙や飲酒習慣がある割合が高かった。

リスク別に見ると、リスクが増えるに従って、食べるのが速い割合が高くなり、運動習慣ありの割合は低くなる傾向が見られた。

現在、年齢が若く非該当の割合が多いが、今後メタボリックシンドロームへの移行が多くなる職種があるのではないかと考えられる。そのため、職種による影響を踏まえながら、若い世代を対象に生活習慣改善へのアドバイスが必要ではないかと考える。