

## 小児肥満に対する学校での対応

山形県は全国的にみて小児肥満の割合が高い県です。小児肥満は無治療のまま放置すると高率に成人肥満に移行します。成人肥満は生活習慣病の重要な危険因子であるため、小児肥満の解消は将来の生活習慣病罹患を減少させると考えられます。

このような背景を受けて、2014年に「小児肥満対策マニュアル」が策定され、小児肥満の判定基準と医療機関への受診勧告基準などが示されました。肥満の判定には肥満度を用い、肥満度が+20%以上+30%未満は軽度肥満、+30%以上+50%未満は中等度肥満、+50%以上は高度肥満と分類されました。そして、高度肥満を医療機関受診の対象とし、中等度肥満は、「小児肥満対策マニュアル」を活用しながら、学校医や養護教諭が中心になって学校で対応することになりました。

その後、2017年に発行された日本肥満学会編の「小児肥満症診療ガイドライン2017」の中で、中等度肥満に対しては、“小児肥満症のリスクを検査するため医療機関への受診を勧める”と記載されています。また、2018年に実施されたアンケート調査で、「小児肥満対策マニュアル」の小中学校における活用率は40.9%と低いことが判明し、使いにくいなどの意見が寄せられました。

そこで、「小児肥満対策マニュアル」を改訂して「山形県小児肥満対策マニュアル2019」を発行しました。主な変更点は、高度肥満のみならず中等度肥満にもかかりつけ医への受診を勧告するようにしたこと。また、軽度肥満も学校で対応することにしました。そして、『保護者の方へ』、『体重、ウエスト周囲長の測定表』、『肥満度、ウエスト/身長推移』および『食・生活習慣チェックリスト』の4つの書面を作成しました。

学校での具体的な対応を以下に示します。

- 1) 高度肥満：かかりつけ医への受診を勧告します。
- 2) 中等度肥満：かかりつけ医への受診を勧告しますが、学校では以下の4つの書面を用いて対応します。
  - ①『保護者の方へ』：小児肥満への理解を深めてもらいます。この中に、年度初めに学校で計測した実測体重や標準体重、肥満度を記入します。
  - ②『体重、ウエスト周囲長の測定表』：体重とウエスト周囲長を週1回、家庭で記入してもらいます。この表は月末に学校に提出してもらって点検しますが、学校では身長を測定し、肥満度とウエスト/身長を計算して記入し、保護者に返却します。なお、身長と肥満度は少数点第一位まで、ウエスト/身長は少数点第二位まで記入します。
  - ③『肥満度、ウエスト/身長推移』：月末に学校に提出してもらいます。記入は学校で行い、保護者に返却します。
  - ④『食・生活習慣チェックリスト』：チェック項目を月末に家庭で記入してもらいます。記入方法は、主観的にはなりますが、4段階で評価します。この表も月末に学校に提出してもらって点検し、保護者に返却します。
- 3) 軽度肥満：中等度肥満と同様に、上記の4つの書面を用いて対応します。

肥満対策は長期的に継続していくことが重要です。今回の肥満対策では、『体重、ウエスト周囲長の測定表』と『食・生活習慣チェックリスト』を家庭で記入してもらうことにしました。その結果を踏まえ、改善できたところは褒め、改善できなかったところはその理由と一緒に考えて次につなげるなど、肥満の児童・生徒が頑張る気持ちを維持できるような指導を加えてください。