

わが国における肥満の状況は、「20歳以上の人の肥満の割合（総数）は男性33.0%、女性22.3%となっている。年代別で見ると、男性では40歳代が39.7%と最も高く、次いで50歳代が39.2%、一方、女性は高年齢層で肥満者の割合が高くなり、60歳代で28.1%と最も高く、この肥満者の割合は、男女ともこの10年ほどほぼ横ばいで推移している」とある（表1、2）。（厚生労働省国民健康・栄養調査報告：令和元年）⁽¹⁾しかし、ここ数年では漸増傾向にあるようにも見える。

特に昨年2020(R2)年からは新型コロナウイルス感染症の蔓延で自宅で過ごす時間が増えるような生活様式（テレワーク、リモートワーク、家飲みなど）になっていることから知らぬ間に肥満に繋がる傾向になっていると思われる。

表1【肥満者の割合（20歳以上）＜厚生労働省「国民健康・栄養調査報告」／令和元年＞】

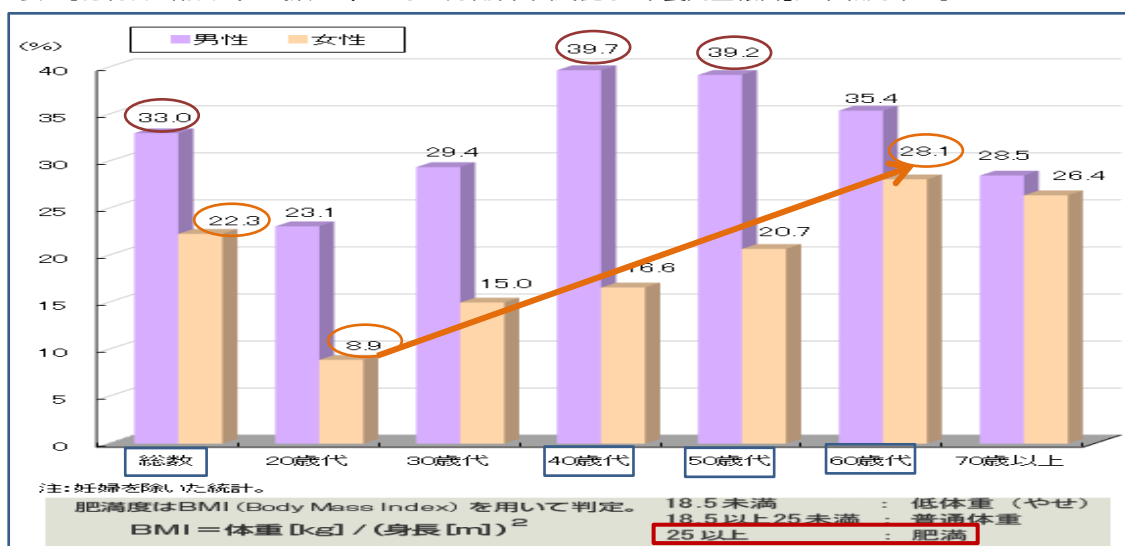
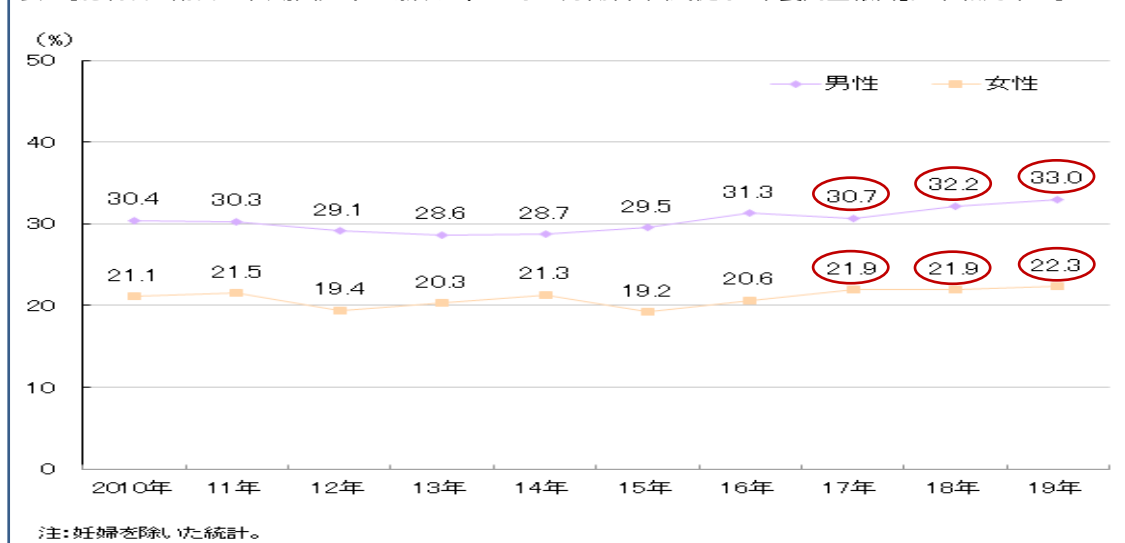


表2【肥満者の割合の年次推移（20歳以上）＜厚生労働省「国民健康・栄養調査報告」／令和元年＞】



このようなわが国での肥満状況を踏まえ、肥満症についてその病態と栄養療法および薬物療法など背景を探ってみる。

(1)肥満症とは^(2,3)