

5. 身体状況

10年前に比べて男性の体型は丸く、女性は細身の人が多い

日本人の平均身長・体重を、性・年齢階級別にみたのが図46、47である。男性においては昭和25年、40年、55年、平成6年の平均身長・体重が各年齢階級において上回っているが、女性においては若い年齢階級において身長の伸びにかかわらず、体重にほとんど差がなく、昭和25年、40年ごろの女性に比べ現代の若い女性にはやせた人が多いことがわかる。

図46 平均身長（性・年齢階級別）

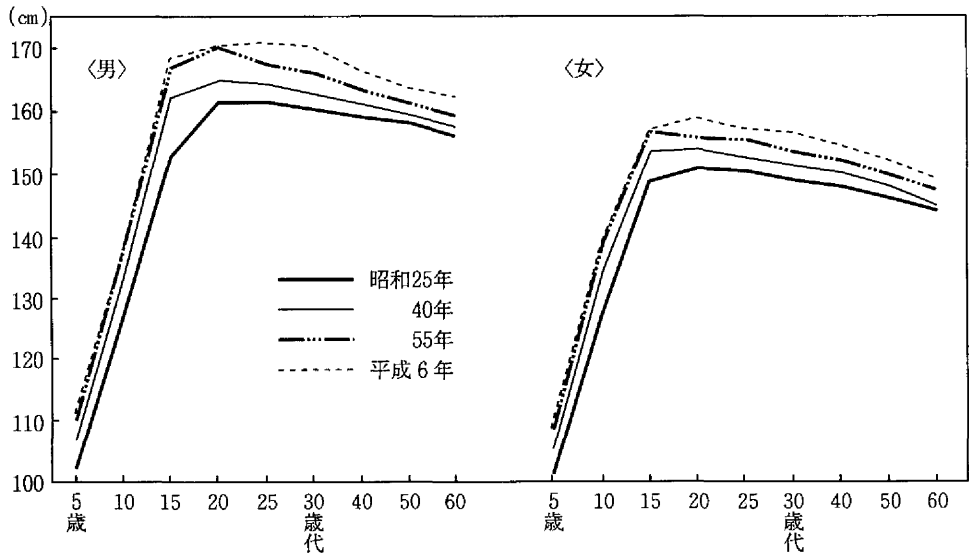
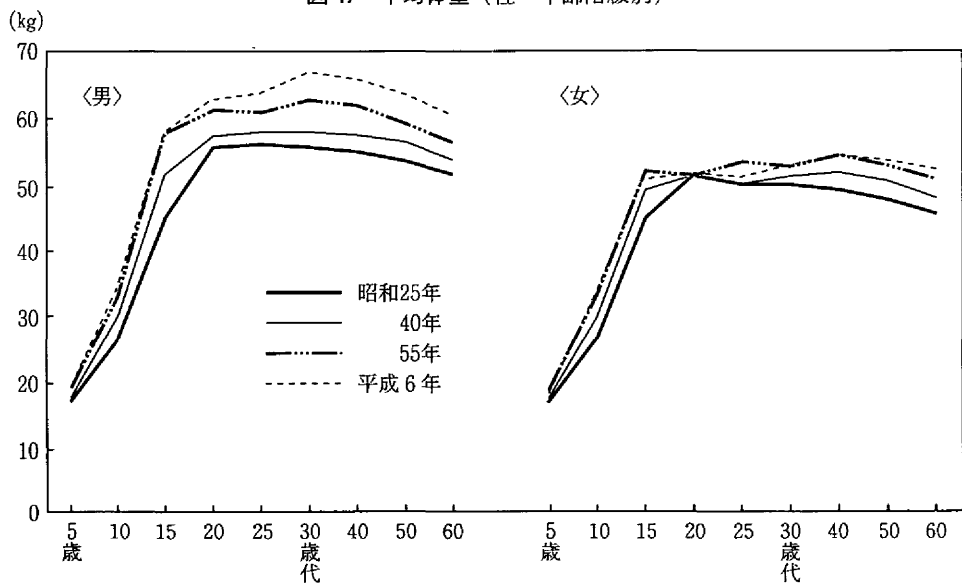
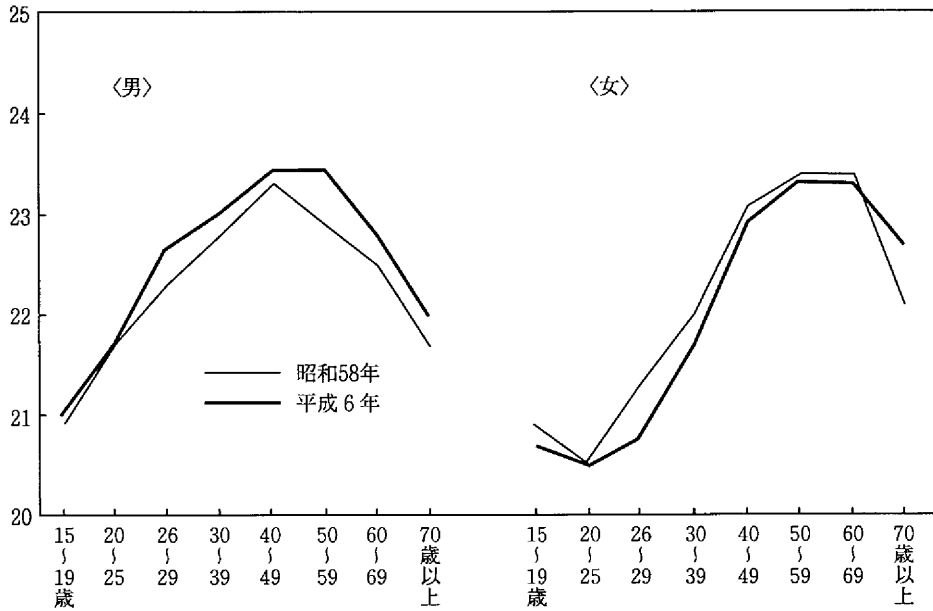


図47 平均体重（性・年齢階級別）



また、国民の体型の変化をBMIを用いて10年前と比べると図48のとおり、男性はすべての年齢において指数が高くなっており、身長伸びに対して体重の伸びが大きくなっていることがわかる。それに対し、女性は60歳代、70歳以上を除いて指数が低くなり、身長伸びに対して体重は小さいことがわかる。

図48 BMI（年次別）



肥満者は男性で7人に1人、女性で6人に1人

皮下脂肪厚（上腕背部+肩甲骨下部）からみた肥満者（男 40 mm以上、女 50 mm以上）とるいそう者（男 10 mm未満、女 20 mm未満）の割合の年次推移を性別にみると図 49 のとおり、肥満者の推移においては女性は減少の傾向がみられるのに対し、男性は明確な増減の傾向はみられず、ほぼ横ばいである。一方、るいそう者は男女とも明確な増減はみられない。

また、平成 5 年における肥満者とるいそう者を年齢階級別にみると図 50 のとおり、20 歳代、30 歳代の女性の肥満者は 12～15% 程度と少ないが、40 歳代以後はかなり肥満者が増え、40 歳代、50 歳代では 20% 以上とかなり年代間に差があることがわかる。その点、男性においては、女性ほど年代間で肥満者の割合に差がなく、るいそう者も同様に年代間にあまり差がみられない。

なお、BMI 値による分布を性別にみると表 8 のとおり、BMI 値が 26.5 以上ある人の割合は男性で 12.0%、女性で 11.9% である。

図 49 肥満者とるいそう者の年次推移

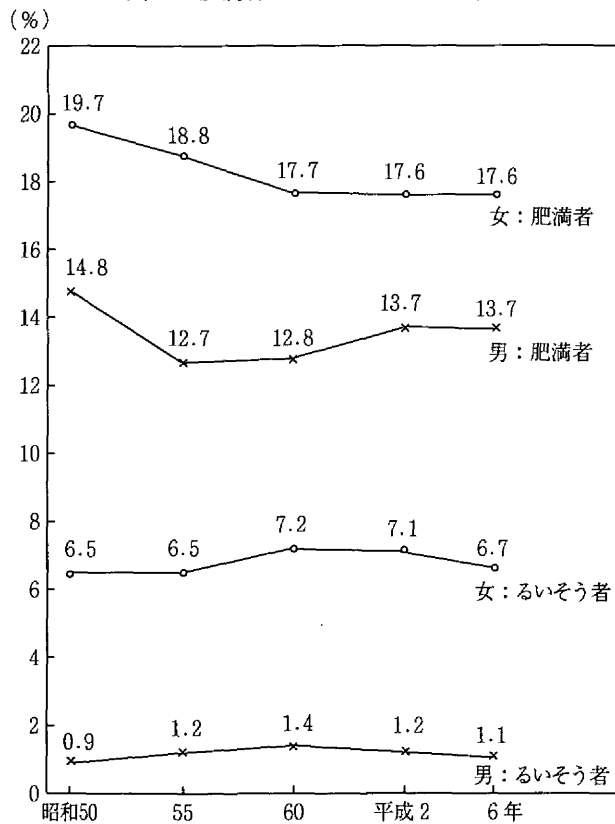


図 50 肥満者とりいそう者の割合（性・年齢階級別）

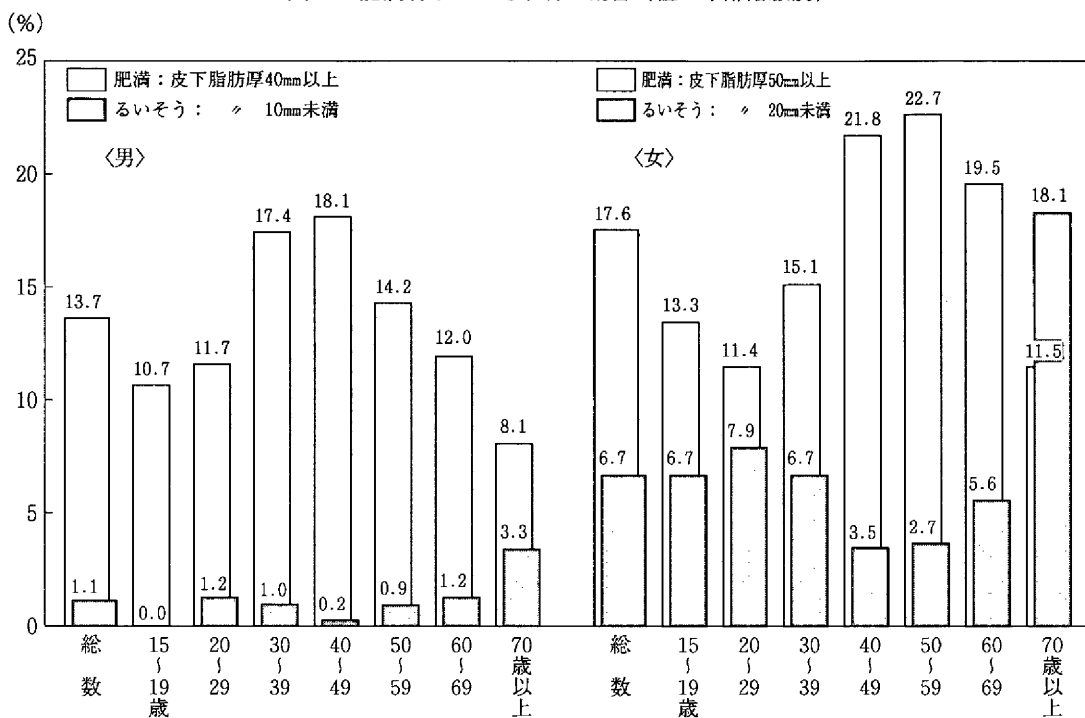


表 8 BMI 分布（性・年齢階級別）

(%)

		総数 (実数)	20.0未満	20.0~24.0未満	24.0~26.5未満	26.5以上
男	総数	100.0 (4,158)	16.5	49.7	21.7	12.0
	20~29歳	100.0 (623)	27.0	50.4	13.6	9.0
	30~39歳	100.0 (679)	15.5	50.4	21.6	12.5
	40~49歳	100.0 (878)	11.0	48.3	27.0	13.7
	50~59歳	100.0 (802)	9.2	50.9	25.8	14.1
	60~69歳	100.0 (709)	17.1	49.5	20.7	12.7
	70歳以上	100.0 (467)	26.1	49.0	16.9	7.9
	女	総数	100.0 (5,203)	22.8	47.6	17.7
20~29歳		100.0 (764)	46.2	43.1	5.6	5.1
30~39歳		100.0 (842)	31.6	50.0	10.1	8.3
40~49歳		100.0 (1,089)	16.4	51.5	19.7	12.4
50~59歳		100.0 (965)	12.0	51.1	22.7	14.2
60~69歳		100.0 (864)	14.0	44.2	25.6	16.2
70歳以上		100.0 (679)	22.4	42.7	20.3	14.6

高血圧者は男性で6人に1人、女性で7人に1人

血圧の測定結果から性・年齢階級別に高血圧及び境界域高血圧者の割合をみると図51のとおり、男女とも加齢とともに増加し、高血圧者は男性で16.9%、女性で13.4%となっている。特に女性は若年層での低率から急に増加していることがわかる。

図51 血圧の状況（性・年齢階級別）

