



メタボリックシンドローム

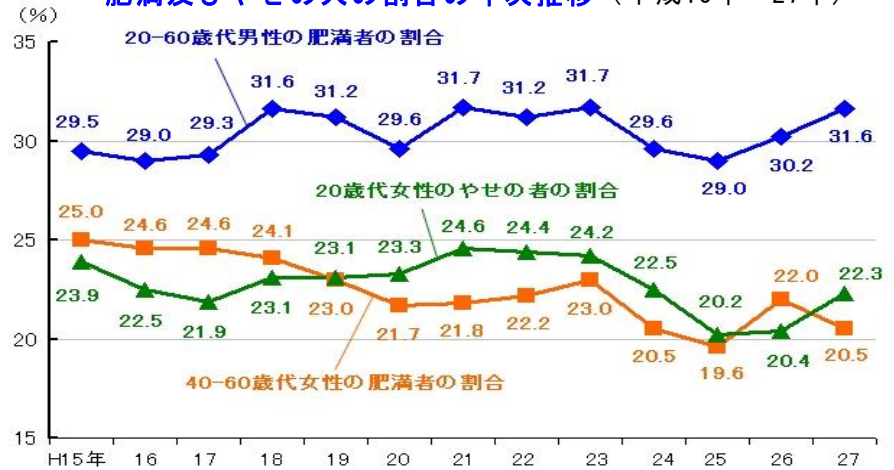
生活習慣の改善で
予防・改善できる

「肥満は生活習慣病の元」と言われます。メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）は、内臓脂肪型肥満を共通の要因として高血糖、脂質異常、高血圧が引き起こされる状態で、それぞれが重複した場合は命にかかわる病気を招くこともあります。ただし、日常生活習慣の改善で、予防・改善ができます。

厚生労働省の「平成27年 国民健康・栄養調査結果の概要」をみると、肥満者（BMI \geq 25）の割合は、男性39.5%、女性19.2%でした。なお、

糖尿病が強く疑われる人の割合は、 男性19.5%、女性9.2%でした。

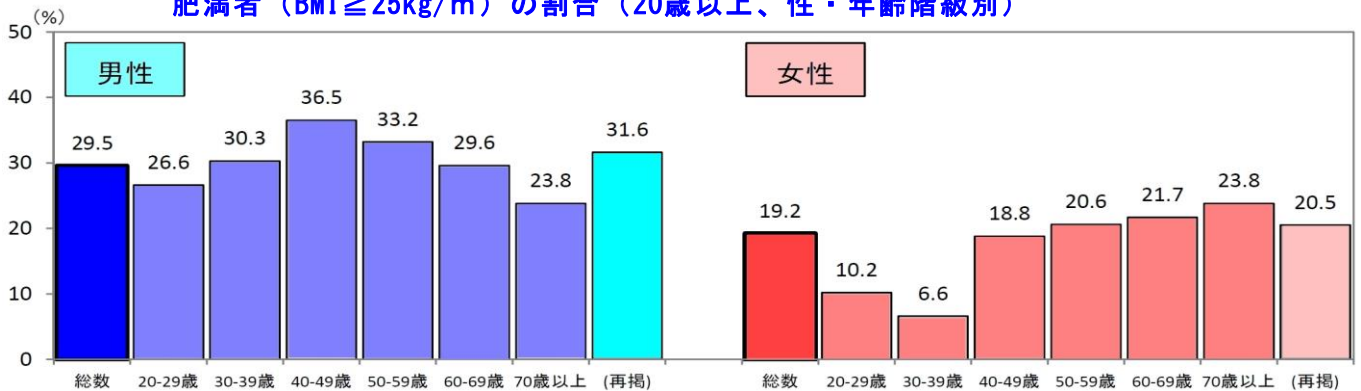
肥満及びやせの人の割合の年次推移（平成15年～27年）



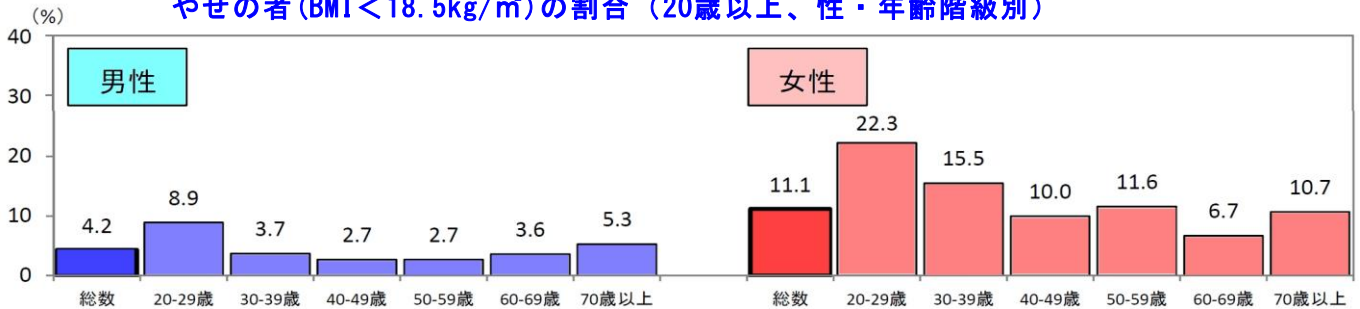
※妊婦除外。

※20歳代女性のやせの者の割合の年次推移は、移動平均により平滑化した結果から作成。平成27年については単年の結果。

肥満者（BMI \geq 25kg/m²）の割合（20歳以上、性・年齢階級別）



やせの者（BMI $<$ 18.5kg/m²）の割合（20歳以上、性・年齢階級別）



厚生労働省「平成27年 国民健康・栄養調査結果の概要」より

AIG富士生命保険株式会社

〒105-8633 東京都港区虎ノ門4-3-20
神谷町MTビル