



「痩せ願望」のリスク

柴生田 晴四

(経済倶楽部理事長)

▼最近の日本社会には、肥満を蔑視あるいは敵視する空気が充満しているように思われます。この風潮を利用し、助長しているのが、次々に出版されるダイエット本やダイエット番組の放映です。加えて、肥満対策グッズや医薬品、サプリメントのCMの氾濫が、あたかも肥満が罪であり、悪であるかのような空気を醸成しています。もちろん、こうした風潮を逆手にとった「デブタレ」も人気を集め

ていますが、これは「あの人たちよりマシ」という安心感を与えてくれるからでしょう。▼しかし、肥満は本当に悪であり、敵視すべきものなのでしょうか。かつては、太鼓腹はニッポン男子の勳章でした。それなりの年齢に達しても痩せている人は「貧相」と言われて肩身の狭い思いをした時代がありました。たしかに人並み外れた肥満は「デブ」とよばれて揶揄の対象でしたが、日本人がすべからく痩せていなければならないと感じさせる空気が醸成されたのはごく最近のことのように思われます。

▼この傾向を決定づけたのは、メタボリックシンドロームの予防を厚生労働省が政策として強力に推進し始めてからです。内臓脂肪型

肥満に加えて、高血糖、高血圧、脂質異常のうちいずれか2つ以上をあわせもった状態がメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)です。2008年4月から、これに着目した40歳以上の被保険者・被扶養者に対する健診・保健指導の実施が医療保険者に義務化されました。

それは内臓脂肪型肥満を共通要因として高血糖、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があるという考えに基づいています。

▼しかし、2月20日の講演で大櫛先生が指摘されたように、高血圧や脂質異常の診療基準には大いなる疑問が存在しています。そうで

あるなら、メタボリックシンドロームとは、むしろ過剰な痩せ願望を作り出すシンドロームというべきでしょう。

▼この風潮は日本社会に深刻な問題引き起こしつつあります。厚生労働省がまとめた2013年の国民健康・栄養調査によると20代女性の5人に一人が普通体重を下回る「痩せ」であり、20代女性の平均エネルギー摂取量は北朝鮮の2100kcalを大きく下回る1628kcalに止まっています。生活に必要な最低限しか食べない女性は、健康の維持、妊娠、出産に深刻なリスクを抱える可能性があります。次の世代を担う若い女性の健康を考えるなら、肥満対策よりも「痩せ願望」の撲滅こそが重要でしょう。