



日本糖尿病学会 COI 開示

発表者名：川口つまき、平山純二、大萩晋也、山本康久、◎小池廣昭
(◎研究代表者)

演題発表に関連し、開示すべきCOI関係にある
企業などはありません。

生活習慣病危険因子に及ぼす歩行、体重変化の影響 —2年間ウォークラリーによる検討—

和歌山県警察本部厚生課 川口つまき
平山内科皮膚泌尿科 平山純二
おおはぎ内科 大萩晋也
那智勝浦町立温泉病院 山本康久
和歌山県立医科大学 森岡郁晴
小池クリニック 小池廣昭

糖尿病学会近畿地方会 2019 年 抄録

生活習慣病危険因子に及ぼす歩行、体重変化の影響

—2 年間ウォークラリーによる検討—

和歌山県警察本部厚生課 川口つまき、平山内科皮膚泌尿科 平山純二、おおはぎ内科 大萩晋也、小池クリニック 小池廣昭

【目的】2 年間の体重変化と歩行量が生活習慣病の危険因子にどのように関与するか検討した。

【対象・方法】2016 年度、2017 年度に毎月の歩数を全て登録し、2016 年度健診結果で非肥満（BMI25 未満）であった 629 名を対象とした。その後 2 年間の空腹時血糖値、収縮期血圧、中性脂肪、LDL コレステロール、クレアチニンの変化が、体重の増減および 1 日歩数 8000 歩以上未満で分けた

4 群で差異があるか検討した。

【結果】空腹時血糖値は「体重減少&8000 歩以上」群のみで有意($p<0.05$)に低下していた。収縮期血圧、中性脂肪、クレアチニンは「体重増加&8000 歩未満」群のみで有意 ($p<0.01$) に上昇していた。

LDL コレステロールは「体重増加&8000 歩未満」群で有意($p<0.01$)に上昇し、「体重減少&8000 歩未満」群で有意($p<0.05$)に低下していた。

【結語】体重変化と 1 日歩数は独立して生活習慣病危険因子に関与しており、体重管理とともに運動指導の重要性が実証された。