

日本人の平均寿命が長い要因の1つとして日本人の肥満率の低さが考えられる。さらに、新型コロナウイルス感染による死亡数が欧米諸国に比べて日本で異次元に少ない理由の1つにも肥満率に関係しているかも知れない。

Body Mass Index (BMI) は体重 (キログラム) を身長 (メートル) の2乗で割った指数で、BMIの数値をもとに低体重(18.5以下)、標準(18.5~24.9)、過体重(25.0~29.9)、肥満(30以上)に分類される。

OECD (2019) は肥満の社会的負担について次のように述べている。

- ・今日、OECD36か国のうち34か国で人口の半数以上が過体重であり、ほぼ4人に1人が肥満である。
- ・過体重や肥満に起因する病気で2050年までにOECD諸国で9,200万人が死亡し、平均寿命が約3年短くなる。
- ・EU28か国では、所得の最も低い階層の人は所得の最も高い階層の人に比べて肥満である確率が男で50%、女で90%高い。
- ・OECD諸国は過体重や肥満に起因する病気の治療に保健費の8.4%を費やす。過体重や肥満の人は保健サービスをより多く使い、糖尿病では70%、脳血管疾患では23%、がんでは9%が彼らのための費用である。
- ・OECD全体では過体重や肥満の増加による欠勤の増加や生産性の低下によってGDPが平均で3.3%押し下げられる。

表はOECD Health Statistics 2020をもとに8か国における総人口の肥満率を示したものである。データには実際の測定に基づく結果と自己申告に基づく結果の2種類があり、両方のデータがある国では両者の間に乖離がみられるので、厳密な比較はできない。いずれにしても、日本人の肥満率が男女とも8か国の中で群を抜いて低いことは確かである。

表 8か国における総人口の肥満率

	(単位：%)										
	フランス		ドイツ	イタリア	日本	スペイン	スウェーデン	イギリス		アメリカ	
	M	SR	SR	SR	M	SR	SR	SR	M	M	SR
	2015	2017	2017	2018	2018	2017	2018	2017	2018	2016	2018
計	17.0	15.4	16.3	10.7	4.0	16.9	14.1	21.0	27.7	40.0	31.6
男	16.8	15.8	18.1	11.7	4.3	17.5	14.6	20.3	26.2	38.3	31.5
女	17.4	15.0	14.6	9.8	3.7	16.2	13.6	21.6	29.2	41.6	31.8

注1：肥満はBMIが30以上。

注2：Mは調査結果、SRは自己申告による結果。

出所：OECD (2020) Health Statistics 2020.

図1は表の8か国にオーストラリア・カナダ・フィンランド・オランダの4か国を加えた12か国における平均寿命と肥満率 (いずれも男女計) の散布図である。全体として (特に、オーストラリアとドイツを除くと) 平均寿命と肥満率の間に負の相関がみられる。つまり、日本人に肥満が少ないことが日本人の平均寿命が長い要因の1つとして挙げられることが示唆される。

図2は12か国における新型コロナウイルス死亡率 (人口10万人当たり累積死亡者数) と肥満率の散布図である。ただし、死亡率は3月後半~5月前半の2か月間における死亡者急増 (医療

崩壊などによる) がなかったと仮定した場合の 10 月上旬までの人口 10 万人当たり累積死者数の推計値である。ドイツ・フィンランド・オーストラリアはコロナ対策に特に成功した国とみて図 2 から除き、さらにスウェーデンも国民にほとんど行動制限を課さない独自のコロナ対策を採用した国のため例外とすると、図 2 からコロナ死亡率と肥満率の間に正の相関が読み取れる。

図1 肥満率と平均寿命の散布図

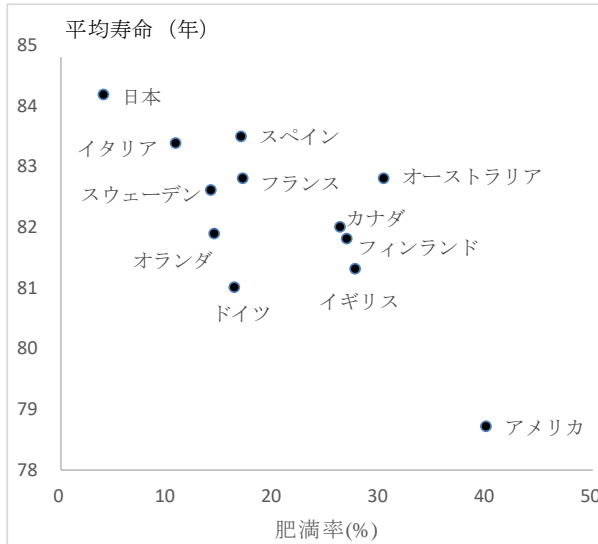
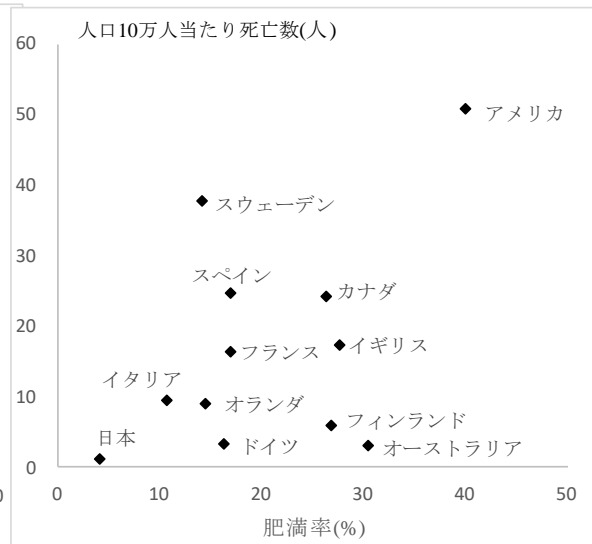


図2 肥満率と COVID 19 死亡率の散布図



現実のデータでは、ヨーロッパ諸国の中でドイツの死亡率は人口 10 万人当たり 11.6 人と群を抜いて低いが、日本の死亡率はそのドイツよりさらに 1 桁小さい値である。一方、アメリカは世界の人口の 4% を占めるが、感染者数及び死者数は世界の 5 分の 1 とコロナ対策では悲惨な状況が続いている。

北半球では夏は感染が下火になると思われていたが、多くの国・地域で感染が再び拡大している。日本でも 7～9 月には 4 月より大きな感染状況に陥ったように見える。この状況については専門家からの明確な説明が必要である。日本政府のコロナ対策は国民の信頼を得ておらず、日々発表されている感染確認者数も「待機児童数」と同様にどのように解釈すべきなのかよく分からず、実際の感染者数はその 10 倍かも知れないと国民から見透かされている。国民には意味のある情報を提供して協力を求めるべきであり、重症化リスクはどの程度か、若者の感染で軽症以上になる確率は、後遺症のリスクは、といった国民が知りたい事・知っておくべき事について（これまでに分かった範囲の）エビデンスに基づいた説明を行う必要がある。

日本政府の対策は中途半端で、PCR 検査数も圧倒的に少ないが、日本の新型コロナウイルス感染による死者数は先進諸国の中でも異次元に低く（韓国も同様に低い）、その理由の究明が待たれている。この「日本の奇跡」に肥満が関係しているかどうかは今後の研究を待たなければならないが、図 1 をみると日本の肥満率の低さが平均寿命の長さに貢献していることが考えられ、図 2 をみると新型コロナウイルス死亡率は政府の対策に大きく左右されるものの、肥満率の低さがプラスに働く可能性は否定できないように見える。

#### 文献

OECD (2019). The Heavy Burden of Obesity.