

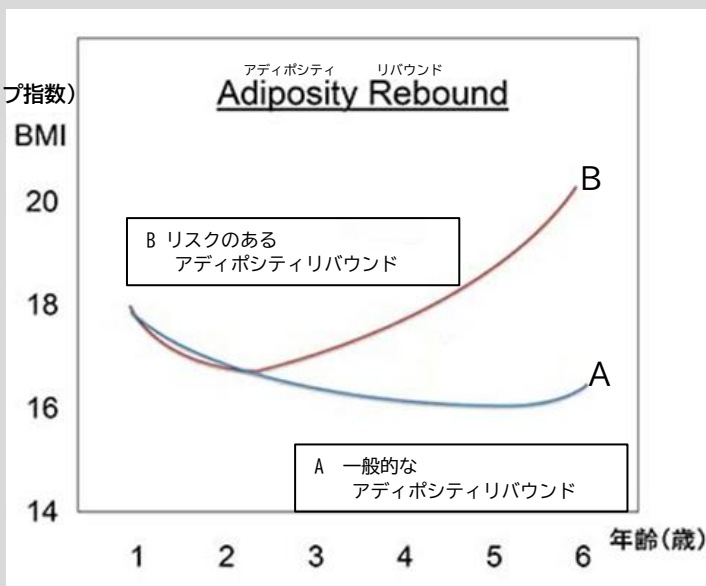
# 幼児肥満 にご注意を！

幼児期の肥満は、  
学童期以降の肥満につながりやすくなります

子どもの体型指標（カウプ指数\*）は、幼児期に減少して5～6歳を過ぎたころ、再び増加し始めるのが一般的です。この現象を「アディポシティ リバウンド」といいます。

このアディポシティ リバウンドの時期が早いほど、将来肥満になりやすく、生活習慣病を発症するリスクが高くなるといわれています。

(カウプ指数)



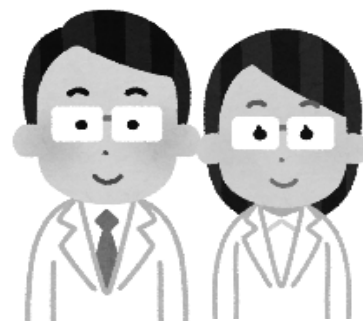
出典：エコチル調査宮城ユニットセンターに追記

\*カウプ指数(BMI) とは？

乳児・幼児の発育状態（太りすぎていないか、やせすぎていないかどうか）をあらわす指標です。カウプ指数は下記の計算式で出すことができます。

$$\text{体重(kg)} \div \text{身長(cm)} \div \text{身長(cm)} \times 10000$$

体重が増えすぎるとその影響で動脈硬化が進むこともわかっています。遺伝などの影響もありますが、生活習慣を見直すことで予防できます。



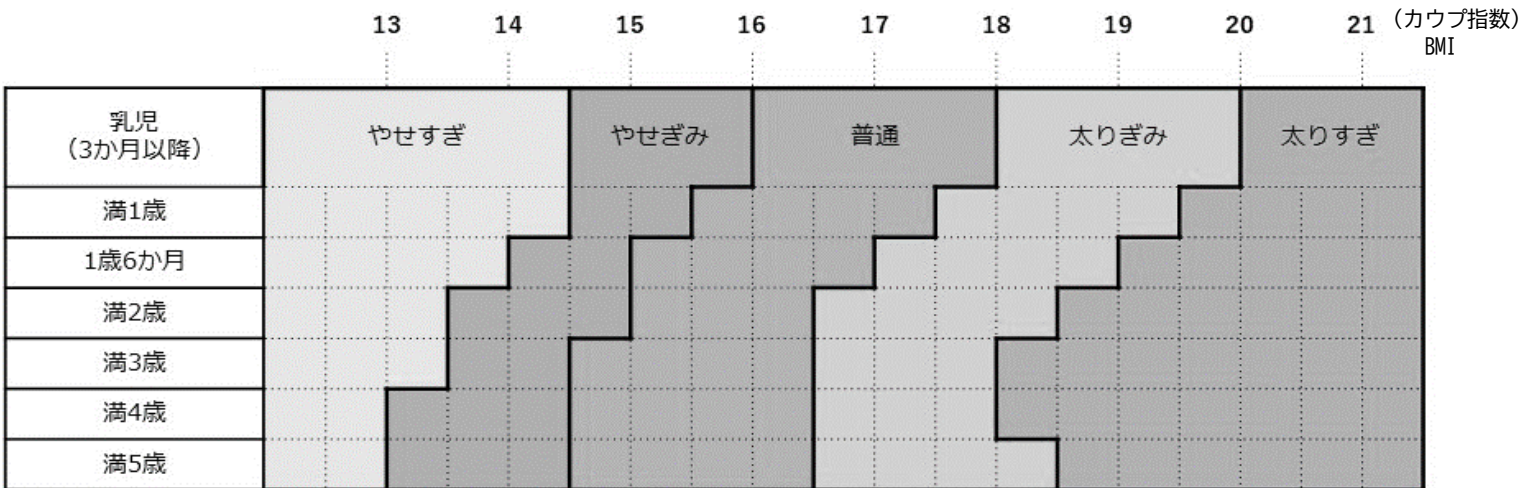
八王子市医師会  
小児科部会監修

作成 大横保健福祉センター・東浅川保健福祉センター・南大沢保健福祉センター

令和2年4月作成

## ❀子どものカウプ指数(BMI)を計算してみよう❀

| 年齢    | 体重 |   | 身長 |   | 身長 |           | カウプ指数(BMI) |
|-------|----|---|----|---|----|-----------|------------|
| 1歳6か月 | kg | ÷ | cm | ÷ | cm | × 10000 = |            |
| 3歳    | kg | ÷ | cm | ÷ | cm | × 10000 = |            |



こんな時は下記の保健福祉センターに相談をしてみましょう！

- ・ 3歳時のカウプ指数(BMI)の判定が太りぎみ以上に入っている時
- ・ 3歳のカウプ指数(BMI)が1歳6か月のカウプ指数より増えている時

### □大横保健福祉センター

住所：大横町11-35  
電話：042-625-9200

### □東浅川保健福祉センター

住所：東浅川町551-1  
電話：042-667-1331

### □南大沢保健福祉センター

住所：南大沢2-27 フレスコ南大沢公共棟1階  
電話：042-679-2205

#### 相談時間

月曜日から金曜日  
(日曜・祝日、休館日を除く)  
午前9時から午後4時まで

