

第26回 金持ちほど身体がスリム？

本川 裕 | Honkawa Yutaka

アルファ社会科学(株)主席研究員

■東京大学農学部農業経済学科卒。財国民経済研究協会常務理事研究部長を経て、現職。立教大学兼任講師。農業、地域、産業、開発援助などの調査研究に従事。現在は、ネット上で「社会実情データ図録」サイト (<http://www2.ttcn.ne.jp/honkawa/>) を主宰するかたわら地域・企業調査等を行う。著作は「物流コストと日本の産業競争力」(学術誌『国民経済』、2004年)、「統計データはおもしろい！」(技術評論社、2010年)、「統計データはためになる！」(技術評論社、2012年) 等。



肥満度の国際比較

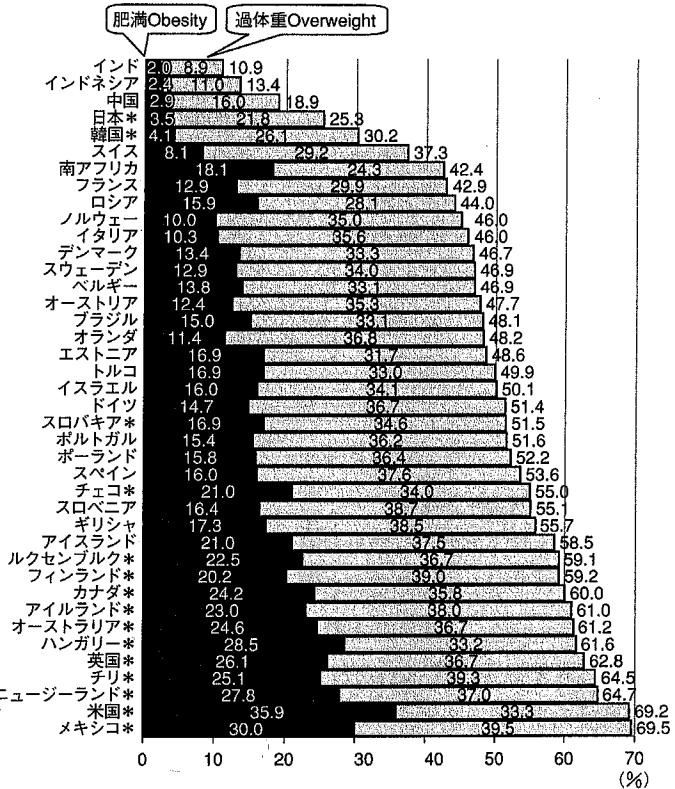
かつては、金持ちの方が栄養豊富なので太っていて、毎日の食べ物が十分ではない貧乏人は痩せていたが、飽食の時代と言われる現代では、これが逆転し、むしろ、貧乏人ほど太っていて、健康のために運動する余裕のある金持ちはスリムだと言われる。これは、本当だろうか。本号では、日本、米国、そして世界各国で、所得と体型の関係についてのデータを探ってみよう。

本題に入る前に、肥満度の国際比較について確認しておこう(図1参照)。対象国はOECD諸国及びBRICS諸国である。「肥満」の定義としては、国際的には、一般にBMI(体格指数)が30以上とされるが、我が国の場合は、この定義であると対象が少なすぎるので、BMI25以上が肥満とされている。なお、国際基準では、BMI25~30は「過体重」とされる。

過体重と肥満の合計数値を肥満度とすると、日本は、インド、インドネシア、中国に次いで肥満度が低く、米国は、メキシコに次いで肥満度が高い。先進国の中では、日本と米国が肥満度

図1 先進国の中で最も肥満の少ない日本、最も多い米国

成人肥満比率の各国比較(OECD諸国+主要国、2010年までの最近年)



注) 肥満比率はBMI 30以上、過体重比率はBMI 25~30の15歳以上人口比率である。BMI=体重(kg)/身長(m)²。*印の国は自己申告情報ではなく測定調査にもとづく数値。測定調査に基づく肥満評価は、身長体重の当人の勘違いを防げることから自己申告より正確であり、通常は、自己申告よりも大きな数字となる。

資料) OECD「Factbook 2013」

の最低と最高を示す国となっている。BMI 30 以上という肥満の定義でみると、日本の 3.5%に対し、米国は 35.9%とちょうど 10 倍となっている。

日本人男女の所得と体型の関係

厚生労働省が、毎年、行っている国民健康・栄養調査の 2010 年報告書では、所得 3 区別の体型及び生活習慣の状況を集計分析している。これによると、確かに女性については、600 万円以上の高所得層では肥満者（BMI 25 以上）が 13.2% と少ないのに対して、200 万円未満の低所得層では 25.6% と 2 倍近くになっている（図 2 参照）。男性の場合は、肥満の割合は全体的に女性より高いが、不思議なことに所得水準による差がほとんど認められない。

こうした所得水準別のデータで気をつけねばならないのは、一般に年齢が高いと所得も高くなる傾向があるので、所得水準別の結果が、単に年齢差を示しているだけの場合があることである。ここでは、年齢調整が行われている（同じ年齢構成の数値に転換されている）ので、年齢差の要因は取り除かれているとみてよいだろう。単純に集計するなら、高所得者の方が年齢層が高いので肥満比率も高くなると考えられるが、そうなっていないのは年齢調整がきいているからであろう。なお、世帯員数が多ければ同じ世帯所得でも消費水準に違いがあると見られるので、この要因も調整してあるようだ。

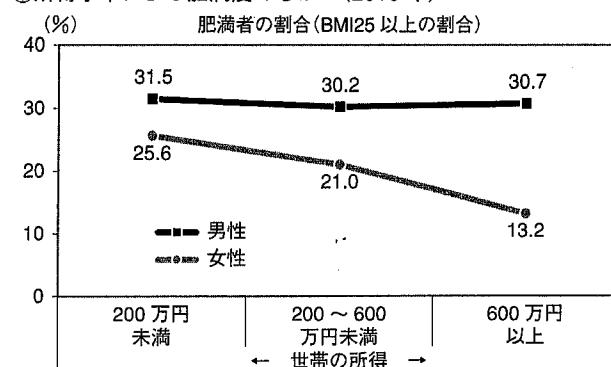
肥満度と並行して、生活習慣についても所得水準別の状況が示されている。

食生活については、朝食を食べない者が、男女ともに低所得者で多い傾向がある。また、野菜摂取量も低所得者の方が少ない。

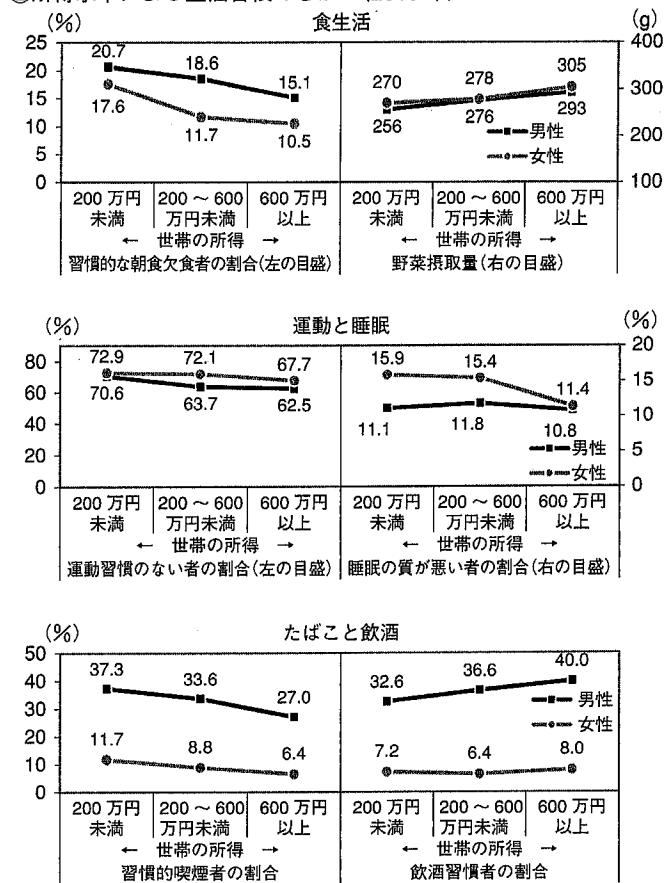
運動と睡眠については、運動習慣はやや低所得者の方が少ない傾向があるが、男女ともそれほど大きな差はないので、肥満度の差の大きな要因

図 2 女性の肥満度や生活習慣は所得レベルで大きな差

①所得水準による肥満度のちがい(2010 年)



②所得水準による生活習慣のちがい(2010 年)



注) 20 歳以上。解析対象は 3,189 世帯、うち 200 万円未満 733 世帯、200 ~ 600 万円 1,787 世帯、600 万円以上 669 世帯。図のなかの各項目のデータは年齢と世帯員数で調整した値。飲酒習慣者は「週に 3 日以上飲酒し、飲酒日 1 日あたり 1 合以上を飲酒する」と回答した者。睡眠の質が悪い者は「ここ 1 ヶ月間、あなたは寝床に入っても、寝付きが悪い、途中で目が覚める、朝早く目覚める、熟睡できないなど、眠れないことがありますか。」という間に「頻繁にある」と回答した者。

資料) 厚生労働省「平成 22 年国民健康・栄養調査」

とは言えないようだ。睡眠の質が悪い（安眠できない）者は、全般に女性の方が多い。これは、うつ病が男より女に多いことと平行した現象であろ

う。男女を比べると、男性は所得水準による違いが余りないが、女性は所得水準の高い層では、安眠できない者が大きく減る傾向にある。

たばこと飲酒については、男女の差が所得水準に関わらず大きい点が目立っている。喫煙率については、男女とも低所得者の方が高く、高所得者の方が低い。飲酒については、逆に、高所得者の方が低所得者より習慣化している程度が大きい。女性の場合は、飲酒習慣の所得水準による違いは余りない。

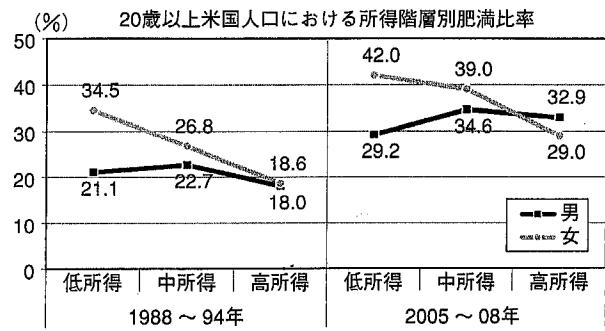
所得水準による肥満度の差が、女性には認められるが男性には認められない。その理由を探るため、生活習慣上、所得水準による違いで男女の傾向が異なるものをピックアップしてみると、「睡眠の質」と「飲酒」が挙げられる。この二つは、所得水準差が男女で平行的に変化していない事項なのである。すなわち、男性の場合は、金持ちでも、多忙のせいか、人間関係のせいか、ゆっくり眠れないことも多く、また、飲酒が食べ過ぎにつながる暴飲暴食の傾向もあるので、金持ちの方が太らずにいることはできないのに対して、女性の場合は、金持ちの方が安眠できていて、不健康な飲食習慣にも陥らずに済む傾向があるので、太らずにいることができるのであろう。金持ちらしい金持ちは女性だけだとも言える。

米国人男女の所得と肥満の関係

米国では、保健福祉省に属する CDC (Centers for Disease Control and Prevention、疾病管理予防センター) が肥満問題を担当しており、統計調査も傘下の NCHS (National Center for Health Statistics) によって行われている。

図3に、米国における所得と肥満度の関係を示すデータを掲げた。これによると、1990年前後から2005～08年にかけて、全ての所得階層で肥満度が上昇しているが、所得水準別の構造は余

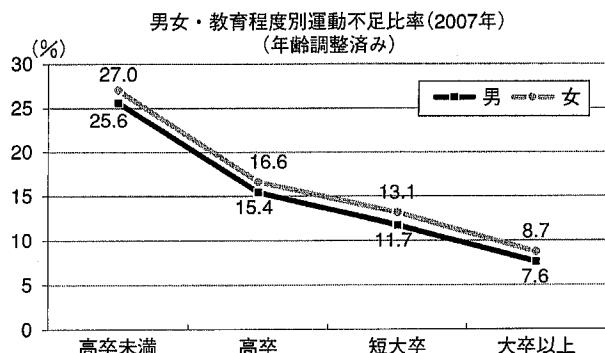
図3 米国における女性の肥満度は低所得者ほど高い



注) 肥満比率は BMI 30 以上の比率。ここで、低所得は貧困ライン対比で 130%未満、中所得は 130～350%未満、高所得は 350%以上を指すものとした。

資料) 米国 CDC/NCHS 「NCHS Data Brief No.50 December 2010」

図4 米国人男女の運動不足はほぼ同等



注) ここで運動不足 (Inactive) とは、呼吸や動悸がやや増す程度の軽い運動を週に 10 分行わない状態を指す。

資料) CDC 「U.S. Physical Activity Statistics」

り変わっていない。すなわち、女性について、所得が低い層ほど肥満度が高いという特徴が見て取れる。男性の場合は、所得水準との相関は薄く、2005～08年では、高所得層の方が低所得層より肥満度がやや高くなっているほどである。米国と比較すると、日本は、肥満度のレベルはずっと低く、また女性より男性の方が肥満が多いのであるが、上で見たとおり、所得との相関では米国と同様の構造が成り立っている。

所得と運動との関係については、所得別のデータが得られなかったので、所得と比例していると考えられる教育程度別の運動不足比率のデータを図4に掲げておいた。男女ともに、教育程度別の運動不足比率は 3 倍以上の開きがある。貧困層の女性の肥満の要因の一つとして、運動不足がうか

がわれる。しかし、男性の場合は、貧富による肥満度の差がないので、飲食や精神状態など別の要因が運動不足要因を打ち消しているのではないかと考えられる。

所得と肥満の関係の国際比較

以上のように、日米では肥満度のレベルに大きな差があるものの、両国とも所得水準の違いは男性ではなく女性の体型の差につながっていることが分かった。それでは、世界の多くの国ではどうなのであろうか。

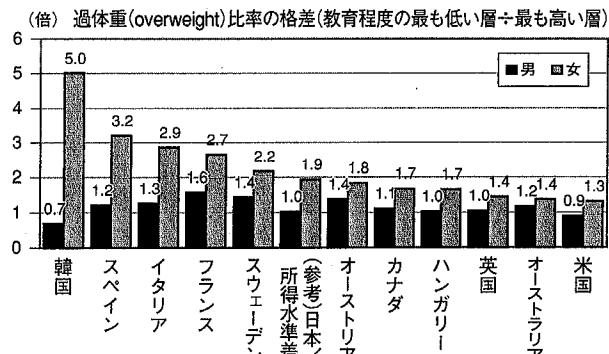
世界各国の所得水準の違いによる体型の違いを示すデータは得られなかった。その代わりに、教育程度別の体型の違いを示すデータが見つかったので、これで所得と肥満の関係を推測してみよう。

図5には、教育水準の低い者の過体重比率を教育水準の高い者の同比率で割った数値が示されている。結果は、ほとんどの場合、1を超えており、世界全体で、教育水準の低い者の方が高い者より太っている傾向にあることが分かる。

女性の肥満度格差が大きい国の順にデータが示されているが、一目瞭然なのは、全ての国で、男性の差より女性の差の方が大きいことである。肥満かどうかについて、経済状況によって左右されやすいのが女性である点は、世界共通と言えよう。中でも韓国女性の場合は5倍の違いとなっており、これ自体、世界で最も大きな差である点が目立っているが、韓国の男性の場合、米国人男性とともに、他の国と異なって、教育水準の高い者の方がやや太っており、それだけ、女性とのコントラストが著しい点でも目立っている。

この他、教育程度による肥満度の差が大きい国としては、男ではフランス、女ではスペイン、イタリアなどが挙げられる。逆に肥満度の差が小さいことで目立っているのは、男女とも先進国一の肥満国である米国である。米国人の場合は男女別

図5 世界各国で教育程度による肥満度のちがいが女性で大きい（2010年）



注) BMI 25 以上を過体重という。日本の場合は所得水準差（200 万円未満 ÷ 600 万円以上）による参考値。
国々の並びは女の格差が大きい順。

資料) OECD 「OBESITY UPDATE 2012」、厚生労働省「国民健康・栄養調査」(日本のみ)

や所得水準と余り関係なく肥満状況が国民全体で進んでいると言えよう。

日本については所得水準による差のデータを参考までに掲げておいたが、世界と比較すると、肥満度格差の程度も肥満度格差の男女差も、ほぼ、平均的な姿を示しているようだ。

教育程度と所得水準はほぼ平行しているので、世界的に、貧富の差は、男性の体型と言うより、むしろ、女性の体型の差に結びついていると結論づけられよう。それでは、何故、世界各国で、女性の方が、金持ちほどスリムなのだろうか？ 日本と同様、世界的にも、高所得の女性だけが、男性と異なって、生活のストレスや不健康的な飲食から遠ざかっていられるからなのであろうか。それとも、これだけ世界中の法則となっているからには、生活に余裕が生まれれば、自分のスタイルに敏感になるのが、民族や文化を越えて女性が有する共通傾向であると単純に理解した方が、むしろ、眞実に近いと言えるのかも知れない。

* 「社会実情データ図録」関連図録

- [1] 図録 2218 「所得水準による肥満度・生活習慣のちがい」
- [2] 図録 2219 「教育水準による肥満度のちがい（国際比較）」
- [3] 図録 8802 「米国人の肥満状況」