

令和8年度島根県統計グラフコンクール【入選】

島根県立松江北高等学校2年 ^{かたおか}片岡 ^{むつみ}睦深さん

【第6部：痩せ願望に警鐘！～FUSを知り、将来を見据えた健康づくりを～】

痩せ願望に警鐘!

～FUSを知り、将来を見据えた健康づくりを～

FUSとは

FUS(Female Underweight/Undernutrition Syndrome)のことです。日本語で「女性の低体重・低栄養症候群」を意味します。
2025年に日本肥満学会が、日本の若年女性の低体重や低栄養による症状や兆候を、新たな症候群「FUS」として提唱しました。

BMI見解

BMI 18.5未満が「低体重」(痩せ)に分類されます。
(BMIは[体重(kg)]÷[身長(m)の2乗]で算出される値で、肥満や痩せの判定などに用いられます。)

FUS認知度

松江北高女学生にアンケート(回答:男子59人女子142人)
日本の若年女性が何とFUSを知っていますか?

日本女性の痩せ 現状と目標

OECD加盟国の成人女性の痩せの割合(10代以上 2024年)

日本はOECD(経済協力開発機構)加盟している国の中で、成人女性の痩せの割合が非常に高いです。FUSが問題となっている若年女性において痩せの割合が高く、厚生労働省の国民健康づくり運動(健康日本21)では、2032年までに20歳～30代女性の痩せの割合を15%以下にすることを目標としています。

FUS が及ぼす影響

学齢期・思春期
貧血 摂食障害

妊娠前男子(未婚)も正常な食事に従った能力が低下している状況-健康寿命の減少が割合

青年・成人期
貯蓄能力低下 費減少 月経不順 不妊 低出生率

BMIが月経による影響

更年期・高齢期
骨粗しょう症 骨折 糖尿病 プレイル 認知リスク

出産数と低出生率の割合推移

大腸がん症例割合の推移

標準体重に比べて痩せ型の女性は骨粗鬆症発症の割合が約1.5倍高くなる。これはメタ分析の結果より高い数値。

FUSの背景～なぜ痩せたい女性が多いのか～

BMIに似た数値のことで「痩せたい」と思っている(16～23歳の女性)

松江北高女学生にアンケート(回答:女子142人)

Q1 ダイエットをしたことがありますか?

Q2 (Q1であると思う方のみ)初めてダイエットをしたのはいつですか?

約半数がダイエット経験者でした。小学生や中学生でダイエットをした人の割合は高くなっています。痩せ(低体重)に思っている人が多くなっていることが分かります。

考察

女性が重要以上の「痩せたい」という願望を、社会に示している。これは、FUSの発症を促している。その結果、女性の健康を害している現状を多くの人が認識し、減量が必要とされている。また、減量によって、FUSの発症が上り、健康に悪影響を及ぼしている。その結果、健康寿命が短縮されている。その結果、健康寿命が短縮されている。その結果、健康寿命が短縮されている。