

COVID-19 によるロックダウンが肥満のイタリア人小児の生活習慣に与える影響

はじめに

緊急事態宣言の解除に伴い、小中学校における教育活動が再開されました。休校期間中は学校給食や十分な運動の機会がない状態が続いていたことから、子ども達の栄養状態や健康状態への影響が心配されています。日本において直接この問題を調べた研究はまだありませんが、日本の小中学生を対象とした研究で、給食がある平日に比べて休日では調べた栄養素の60%以上でその摂取量が少なかったことが報告されています⁽¹⁾。そこで今回は、イタリアの子ども達において、ロックダウンが食事を含む生活習慣に与えた影響を調べた論文を紹介します。

・論文の紹介

肥満の子ども達では、夏休みのような学校生活がない期間中は、学校生活がある期間中に比べて、体重増加が加速することが報告されています。このため、COVID-19によるロックダウンの間、自宅で過ごす肥満の子ども達において、生活習慣が不健康になるのかどうかを調べました。

研究の対象者はイタリアのベローナ在住の、生活習慣の変容を目的とする研究に参加していた6~18歳の41人の肥満の子ども達です。研究開始時(2019年5月~7月)とロックダウン開始後3週間の2時点で、食事や活動、睡眠時間を含む生活習慣をインタビューで調べて比較しました。その結果、食事に関しては、野菜摂取量には有意(観察された差・変化が偶然とは考えにくいこと)な差がありませんでしたが、果物の摂取量は増加しました。食事の回数、ポテトチップス・赤身肉(牛・豚・羊などの肉)・加糖飲料の摂取量はロックダウン中に有意に増加しました。また、スマートフォン・テレビの視聴時間と睡眠時間は有意に増加した一方で、運動時間は有意に減少しました。

COVID-19によるロックダウンに伴うこれらの有害な影響を認識することは、肥満の子ども達の体重管理に対する努力の低下を防ぐために重要である、と筆者らは提言しています。さらに筆者らは、これらの影響が、子ども達が成人した後の肥満についても影響を及ぼすかもしれないと指摘しています。

・おわりに

本論文は、研究に参加した子ども達の人数が少ないこと、加えて、ロックダウンの影響で保護者が通常より子どもの行動を注視しがちになり、研究開始時とロックダウン中では回答の仕方が異なる可能性があることから、生活習慣の変化の原因が本当にロックダウンであると判断するのは難しいかもしれません。また、イタリアの肥満の子ども達を対象としているため、結果をそのまま日本の一般の子ども達にあてはめられないかもしれません。このため日本においても、緊急事態宣言による教育活動や学校給食の停止が、子ども達の健康状態や栄養状態にどのような影響を与えたのかを早急に調べる必要があります。

・紹介論文の出典

Pietrobelli A, Pecoraro L, Ferruzzi A, et al. Effects of COVID-19 Lockdown on Lifestyle Behaviors in Children with Obesity Living in Verona, Italy: A Longitudinal Study. *Obesity (Silver Spring, Md.)*. 2020 Apr 30;10.1002/oby.22861. [doi: 10.1002/oby.22861](https://doi.org/10.1002/oby.22861).

・参考文献

1. Asakura K and Sasaki S. School lunches in Japan: their contribution to healthier nutrient intake among elementary-school and junior high-school children. *Public Health Nutrition*. 2017. 20(9):1523-1533.

文責: 医薬基盤・健康・栄養研究所 栄養疫学・食育研究部 特別研究員 藤原 綾(日本疫学会会員)

監修: 東邦大学 朝倉 敬子(日本疫学会代議員、日本疫学会認定上級疫学専門家)

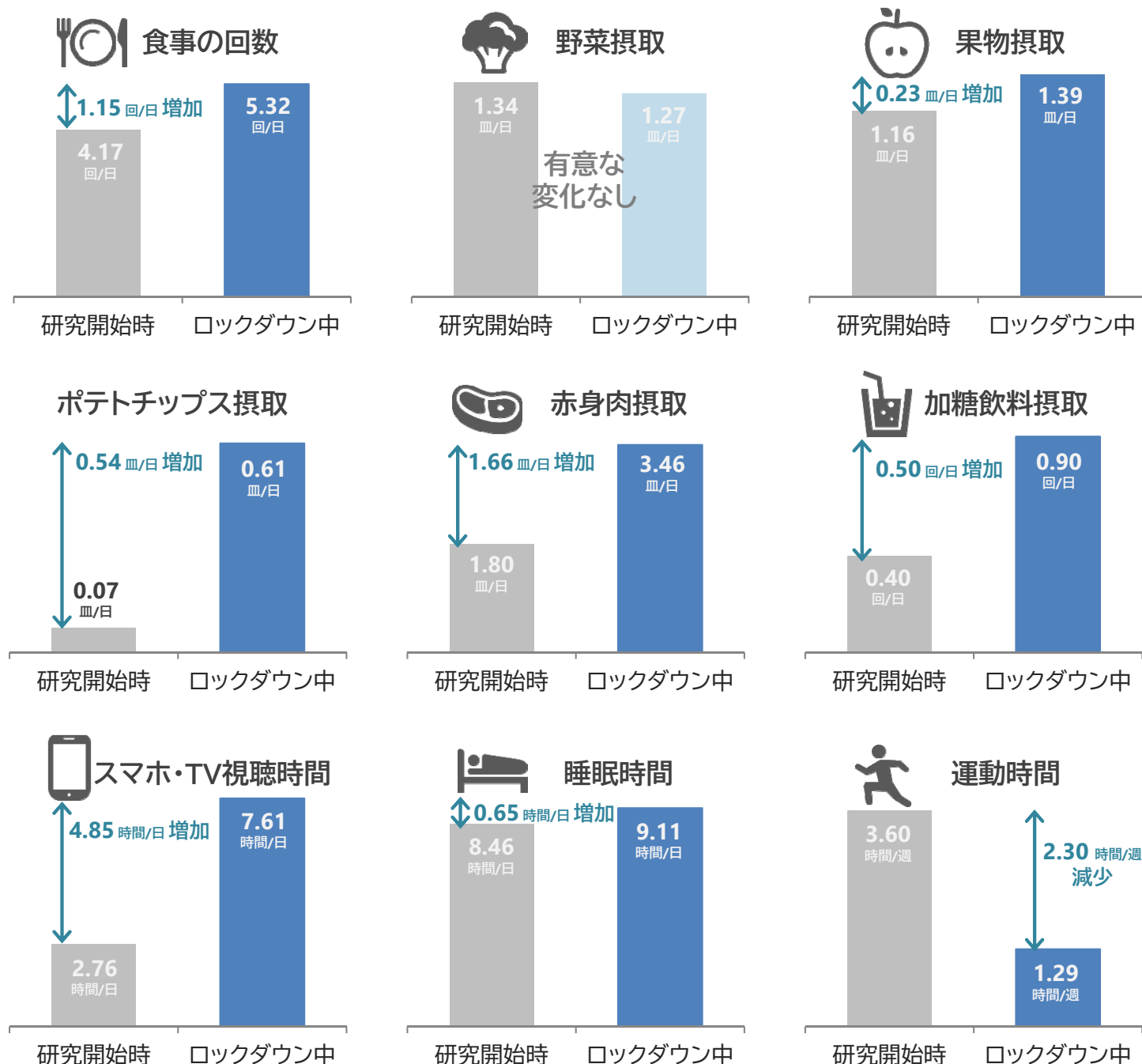
イタリア人の肥満の子ども達41人で調べました！

COVID-19によるロックダウンが子ども達の生活習慣に与える影響



◆これまでにわかっていること◆

夏休み中は学校生活のある時期に比べて、子ども達の体重増加が加速する
→ロックダウンによる休校中、肥満の子ども達で生活習慣が不健康になるのでは？



◆研究からわかったこと◆

ロックダウンによる休校中は、肥満の子ども達で生活習慣が不健康になりうる
→肥満の子ども達の体重管理に対する努力の低下を防ぐためには、
ロックダウンに伴うこれらの影響を認識することが重要

出展: Pietrobelli A, Pecoraro L, Ferruzzi A, et al. Effects of COVID-19 Lockdown on Lifestyle Behaviors in Children with Obesity Living in Verona, Italy: A Longitudinal Study. *Obesity (Silver Spring, Md.)*. 2020 Apr 30;10.1002/oby.22861. doi: 10.1002/oby.22861.

文責: 医薬基盤・健康・栄養研究所 栄養疫学・食育研究部 特別研究員 藤原 綾、監修: 東邦大学 朝倉 敬子
掲載サイト: https://jeaweb.jp/about_epi_research/covid19/index.html