

COVID-19 DATA ANALYSIS REPORT

京都府における中高年の”コロナ太り”に関する要因分析

目次

1. 分析概要
2. “コロナ太り”の属性分析
3. “コロナ太り”と食生活①
4. “コロナ太り”と食生活②
5. “コロナ太り”と運動習慣及び睡眠
6. “コロナ太り”の要因分析

Appendix

1 分析概要

- コロナ禍における体重増加（＝“コロナ太り”）を経験した京都府内の中高年の特徴と要因を分析すべく、下記の京都府立医科大学及び京都府健康対策課が実施したアンケート結果の個票を分析。

【アンケート概要】

京都府立医科大学地域保健医療疫学で展開している「日本多施設共同コーホート研究（J-MICC Study）京都フィールド 第二次調査」の参加者にアンケート（質問票）調査を実施。

- (1) 質問票調査送付の対象者：5,570名

アンケート回答者3,100名（回収率56%）

男性1,186名(38.3%) 女性1,913名(61.7%) 性別不明1名

年代：40-80歳代

居住地域：京都市域2420名（78.1%）:京都府域（市外）680名（21.9%）

※今回のアンケート調査は40代以上

- (2) 実施時期：質問票差出日2021年10/19

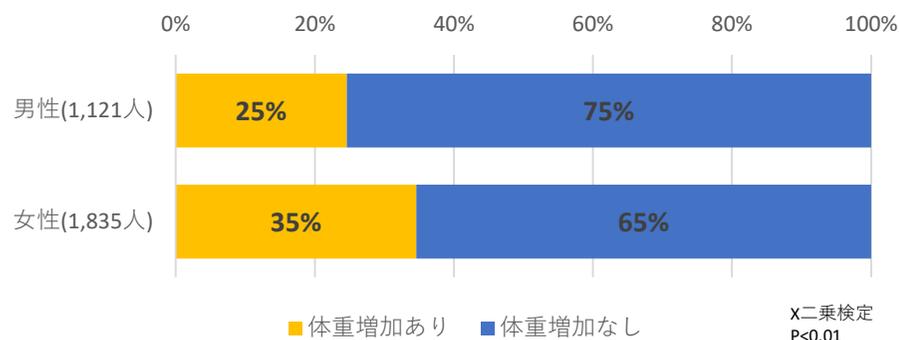
質問票回収日2021年10/20—2022年1/3

※アンケート回収時期は、第5波と第6波の間で、感染状況が落ち着いていた時期

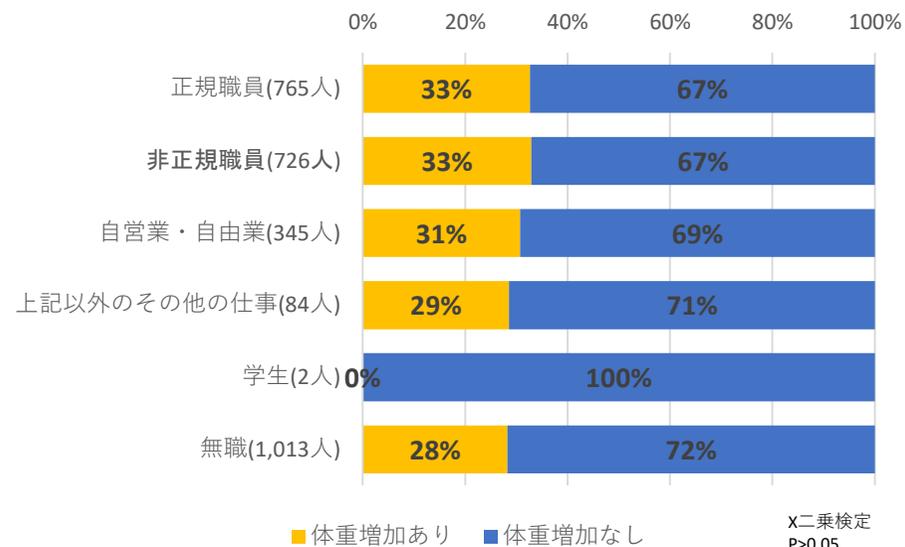
- 上記調査において、新型コロナウイルス感染症流行前と比較して体重が増えたと回答した方々を体重増加群（905人）、体重が変わらなかった又は減ったと回答した人々を体重非増加群（2,030人）と分類し、両群の間においてどのような特徴があるのか分析を行った。
- コロナ太りを経験した者の特徴として、性別では女性の割合が高く、年齢別では50代が高かった。職業については、非正規雇用で若干高いが統計学的に優位な差はなかった。
- コロナ太りの要因分析としては、「間食する頻度や量が増えた」、「運動・スポーツで身体を動かす時間が減った」、「弁当や総菜、テイクアウトやデリバリーの頻度が増えた」が体重増に与える影響力が強いと分かった。いずれの項目もコロナ禍における行動制限下において「お家時間」が増えることが原因と示唆される。

2 “コロナ太り”の属性分析

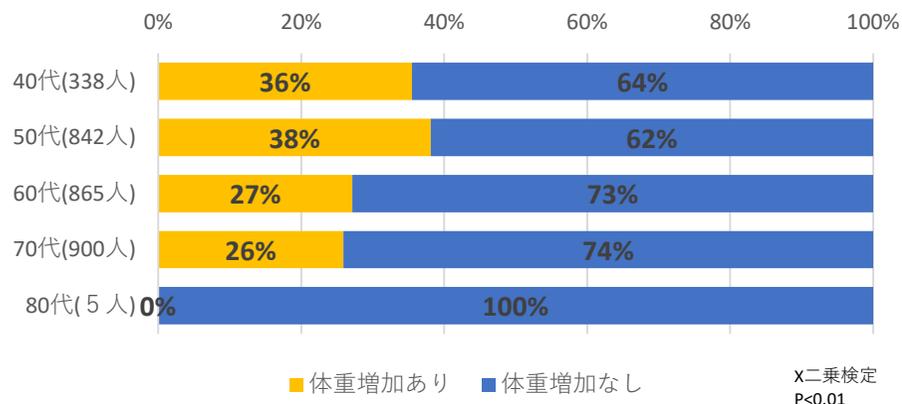
性別と体重増加



職業と体重増加



年齢と体重増加



<考察>

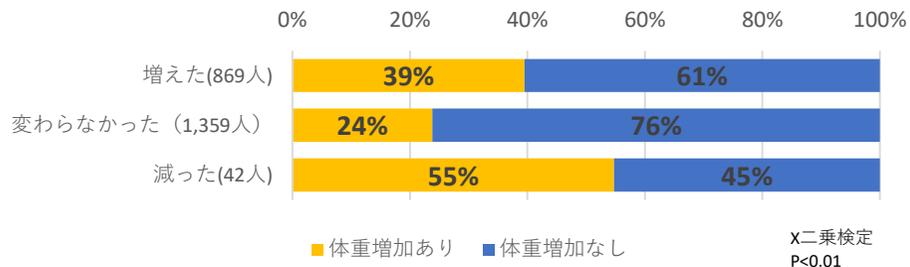
- コロナ禍における体重増加を経験した者としては、性別では女性の割合が高く、年齢別では50代が高い。
- 職業については、非正規雇用で若干高いが統計学的に優位な差はなかった。

3 “コロナ太り”と食生活①

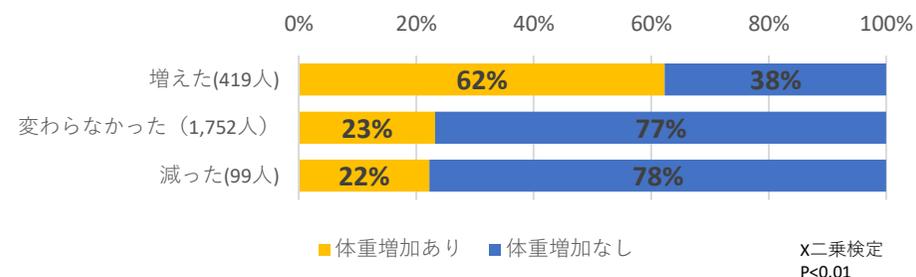
以降、アンケート調査を基にコロナ禍における食生活や運動習慣等の変化と体重の増加について分析します。

※食生活及び運動習慣等に関する質問について、未回答及び「覚えていない/分からない」と回答した者を分析対象から除いたため、サンプルサイズは2,270となった。

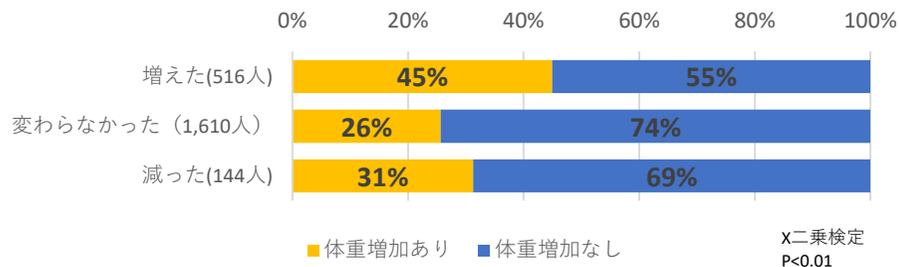
自宅で料理を食べる頻度



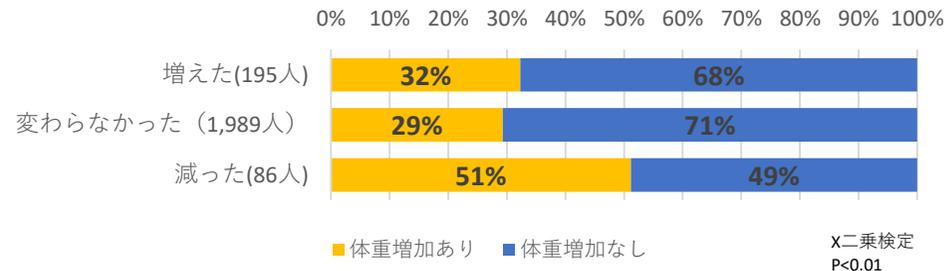
間食をする頻度



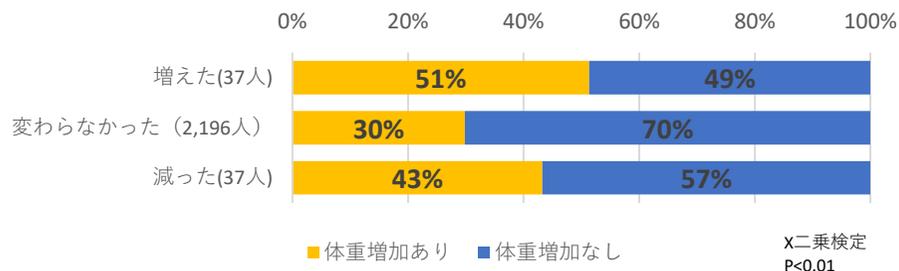
スーパーやコンビニの弁当や総菜、飲食店のテイクアウト



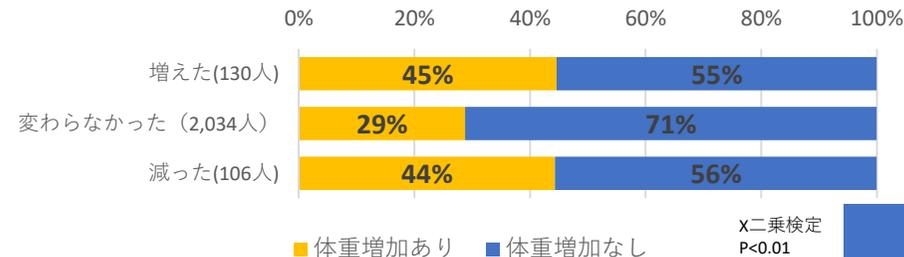
野菜を食べる頻度や量



朝食の摂取頻度

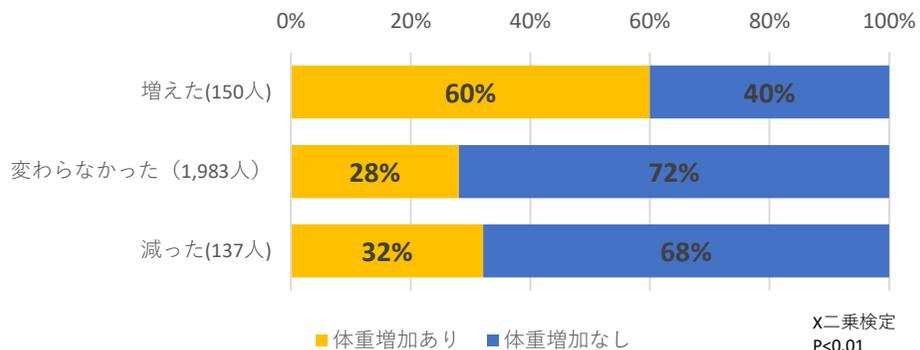


主食、主菜、副菜が揃っている食事の頻度

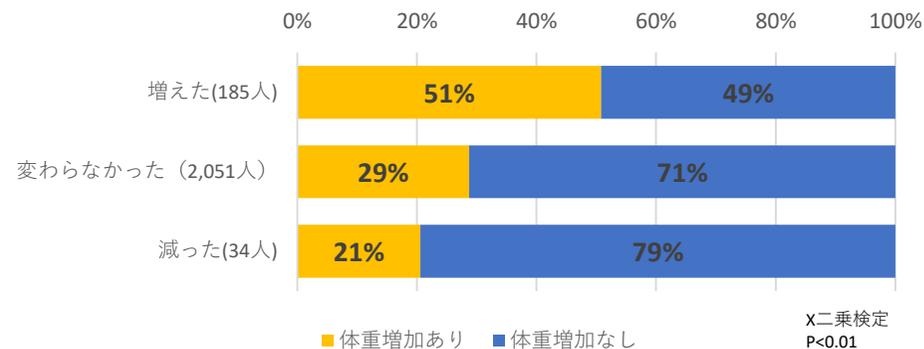


4 “コロナ太り”と食生活②

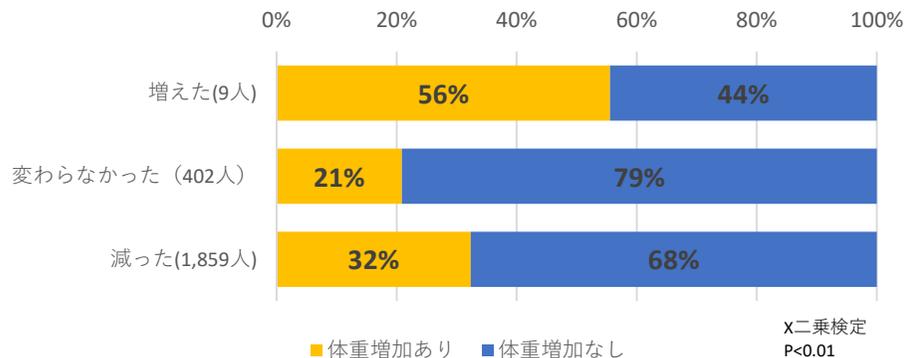
就寝前2時間以内の食事の頻度



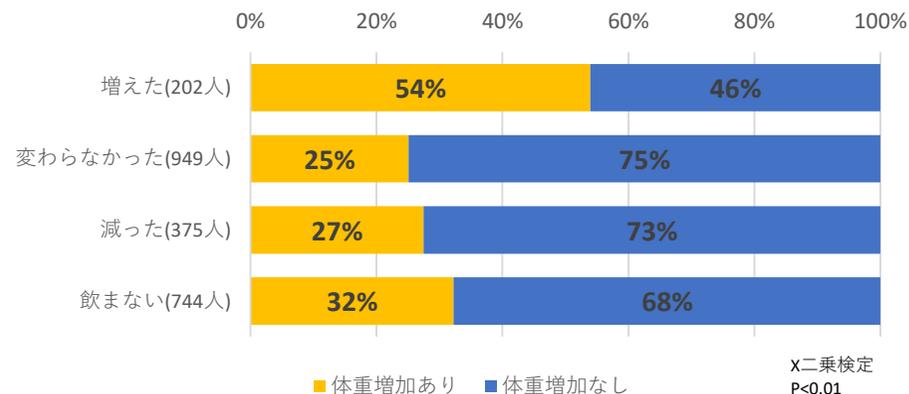
黙食実践のための早食いをする頻度



会食の頻度



飲酒の頻度や量

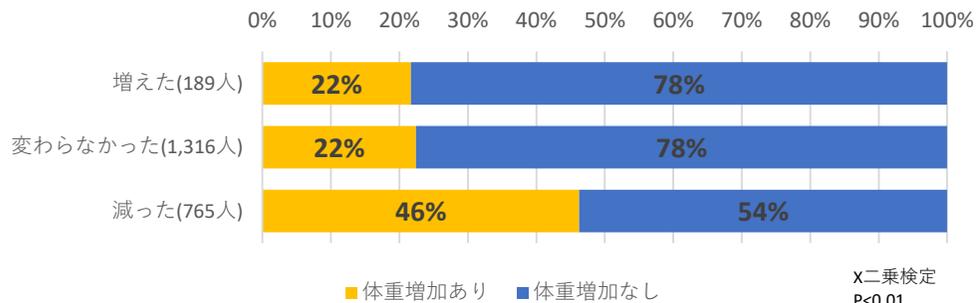


<考察>

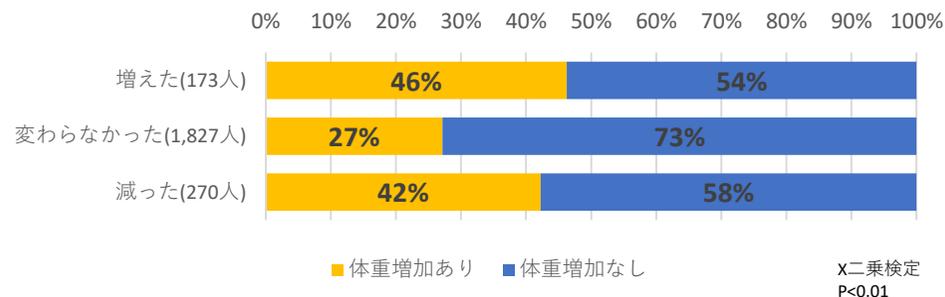
- χ^2 乗検定の結果、食生活に関する10項目については、いずれも、体重の増加と関連があることが分かった。
- 特に「間食頻度が増えた」「就寝前2時間以内の食事が増えた」「飲酒の頻度や量が増えた」に該当する者について、体重増加が鮮明となっている（P値も低い）。

5 “コロナ太り”と運動習慣及び睡眠

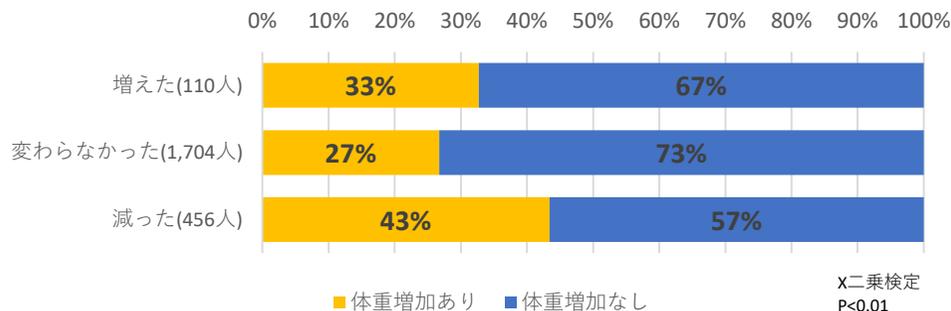
運動・スポーツで身体を動かす時間



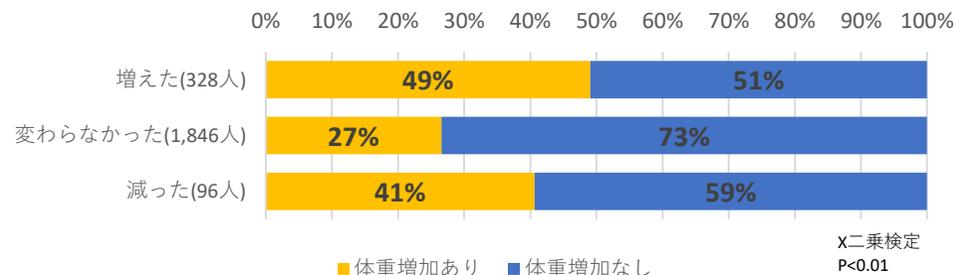
睡眠時間



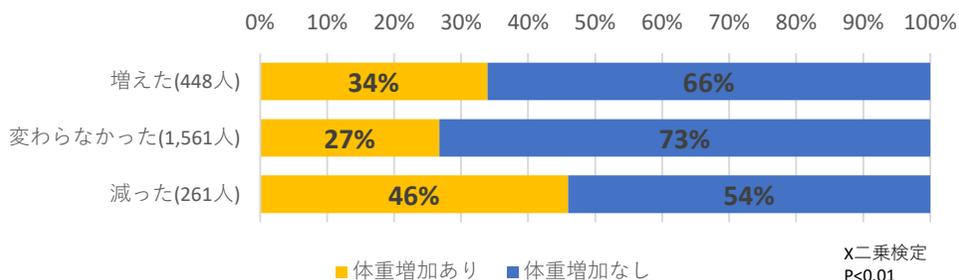
仕事、通勤・通学で身体を動かす時間



就寝・起床のリズムが不規則な睡眠の頻度



家事、庭仕事、散歩で身体を動かす時間



<考察>

- χ^2 検定の結果、運動及び睡眠に関する5項目については、いずれも、体重の増加と関連があることが分かった。
- 特に「運動・スポーツで身体を動かす時間が減った」に該当する者について、体重増加が鮮明である。

6 “コロナ太り”の要因分析

食生活及び運動習慣等に関する質問15項目については、いずれについても、体重増加と関連があることが分かった。どの項目が体重の増加に影響を強く与えているのか、ロジスティック回帰分析を行うことで明らかにする。

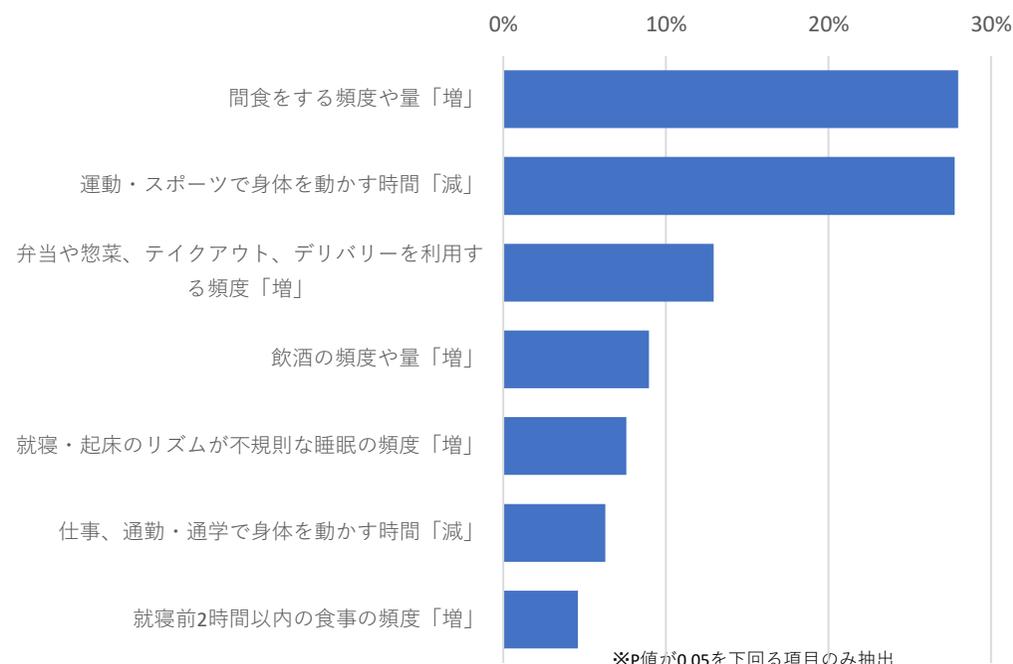
〈ロジスティック回帰分析の手法〉

「体重増加あり」「体重増加なし」の2値変数を目的変数とし、これまでみてきた15項目を説明変数とする。説明変数の15項目については、3段階の順序尺度（増えた/変わらない/減った）を2値変数化した上で分析を実施。

〈ロジスティック回帰分析の結果〉

体重増加と関連がある項目	偏回帰係数	標準誤差	Wald統計量	p値	オッズ比	集団寄与危険割合
自宅で料理したものを食べる頻度「減」	0.194	0.383	0.507	0.612	1.214	0.59%
スーパーやコンビニの弁当や惣菜、飲食店のテイクアウトやデリバリーを利用する頻度「増」	0.486	0.120	4.053	0.000	1.625	12.94%
朝食の摂取頻度「減」	0.006	0.412	0.014	0.989	1.006	0.01%
間食をする頻度や量「増」	1.345	0.125	10.765	0.000	3.837	27.97%
野菜を食べる頻度や量「増」	-0.031	0.314	-0.099	0.921	0.969	-0.20%
主食、主菜、副菜が揃っている食事の頻度「減」	-0.343	0.285	-1.206	0.228	0.709	-2.79%
就寝前2時間以内の食事の頻度「増」	0.433	0.211	2.054	0.040	1.541	4.58%
会食の頻度「増」	0.743	0.775	0.959	0.337	2.103	0.38%
黙食の実践のため、早食いをする頻度「増」	0.330	0.178	1.851	0.064	1.390	3.83%
飲酒の頻度や量「増」	0.663	0.170	3.913	0.000	1.941	8.96%
運動・スポーツで身体を動かす時間「減」	0.779	0.108	7.203	0.000	2.179	27.76%
仕事、通勤・通学で身体を動かす時間「減」	0.246	0.124	1.991	0.046	1.279	6.27%
家事、庭仕事、散歩で身体を動かす時間「減」	0.093	0.158	0.590	0.555	1.098	1.55%
睡眠時間「減」	-0.222	0.174	-1.278	0.201	0.801	-4.10%
就寝・起床のリズムが不規則な睡眠の頻度「増」	0.391	0.162	2.417	0.016	1.479	7.56%
定数	-1.750	0.078	-22.335	0.000	0.174	—

各項目が体重増加に与えるインパクト
集団寄与危険割合(%)

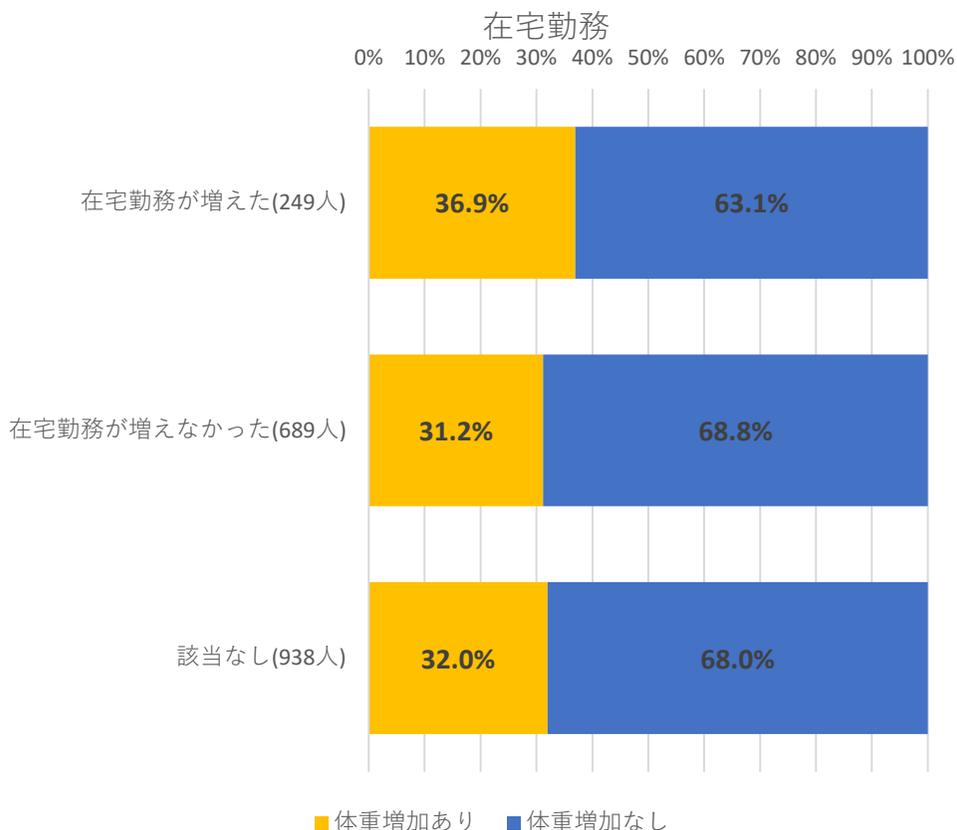


〈考察〉

- ロジスティック回帰分析の結果、「間食する頻度や量が増」、「運動・スポーツで身体を動かす時間が減」、「弁当や惣菜、テイクアウトやデリバリーの頻度が増」の項目が集団の体重増加に強い影響を与えていることが判明。いずれの項目もコロナ禍における行動制限下において「お家時間」が増えたことが原因と示唆される。

Appendix

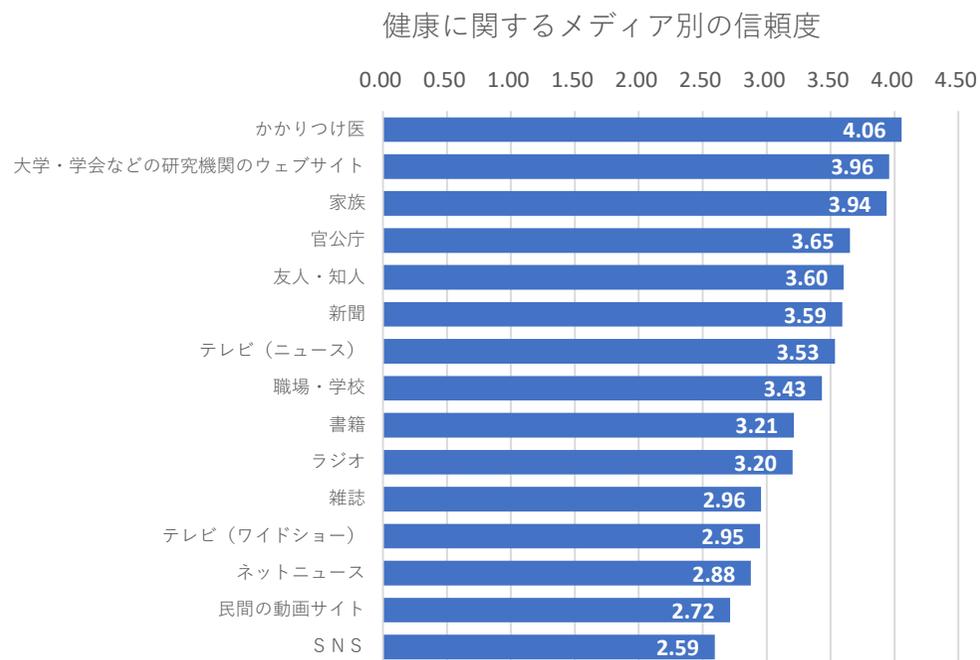
〈在宅勤務が増えると体重増加に繋がる？〉



χ²乗検定の結果：P値=0.22>0.05となり、在宅勤務の増加と体重の増加との関連性があるとはいえない。

〈どのようなメディアから健康情報を得るか？〉

以下の15メディアについて、新型コロナを除く健康に関する情報源として、それぞれ「非常に信頼している」「信頼している」「どちらでもない」「信頼していない」「まったく信頼していない」の5段階で回答を依頼。それぞれの回答について、信頼度の強いものから5～1で点数化し、信頼度（尺度平均）を算出した。



かかりつけ医等の信頼度が高い。ちなみに体重増加群と体重非増加群で信頼を置くメディアの順位にほとんど差は見られなかった。