



令和6年1月30日
健康推進課

— 新潟大学との共同研究 — スマホなどのスクリーンタイム(画面視聴時間)と 小児肥満との関係の詳細が明らかになりました

市は、中学生生活習慣病予防事業の一環として、平成26年から新潟大学医学部血液・内分泌代謝内科(曾根博仁教授)と、生活習慣病発症に関する共同研究を実施しています。

このたび、市内中学生および三条市の小学生を対象とした曾根教授との共同研究によって、長時間のスクリーンタイム(テレビやパソコン、ゲーム、スマートフォンなどの画面を視聴している時間)が、女子において小児肥満と関連していることが明らかになりました。

1 研究成果のポイント

- 10～14歳の小中学生では、女子のみにおいて、長時間のスクリーンタイムと肥満が関連した。
- スマートフォンとスマートフォン以外のスクリーンタイムは相加的に肥満と関連し、スマートフォン3時間以上かつスマートフォン以外2時間以上の女子では、いずれにも該当しない女子と比較して、肥満リスクが約7倍上昇していた。
- スクリーンタイム全体が4時間以上5時間未満、またはスマートフォンのスクリーンタイムが2時間以上の女子では、十分な身体活動(23メッツ・時/週≒60分/日以上)または睡眠時間(8.5時間/日以上)があった場合には肥満には結びついていなかった。

2 研究の詳細について(新潟大学ホームページ)

<https://www.niigata-u.ac.jp/news/2024/553020>

3 研究成果の公表

本研究の成果は、2024年1月、内分泌代謝学の国際学術誌『Endocrine Journal』に掲載されました。

論文タイトル: Association between screen time, including that for smartphones, and overweight/obesity among children in Japan: NICE EVIDENCE Study 4



阿賀野市イメージキャラクター
「ごずっちょ」

【問い合わせ】

担当: 健康推進課 成人係 吉村

電話: 0250-62-2510 (内線2632)

mail: kenko@city.agano.niigata.jp