

## 集団健康指標としての平均初潮年齢

日野林俊彦<sup>1</sup>・清水真由子<sup>1</sup>・大西賢治<sup>1</sup>・金澤忠博<sup>1</sup>・南 徹弘<sup>2</sup>・糸魚川直祐<sup>3</sup>  
 (<sup>1</sup>大阪大学大学院人間科学研究科・<sup>2</sup>甲子園大学心理学部・<sup>3</sup>武庫川女子大学)

**目的:** 初潮は女性の第二次性徴として青年期開始の指標とされ、その時期に個人差や集団差、また時代差等があることはよく知られている。近年、この初潮年齢は健康指標としても注目されている。本研究では、2002年調査より朝食習慣と睡眠時間を指標として、初潮年齢の関係を分析してきた。ここでは、2008年調査の結果を中心に報告する。

**方法:** 2008年2月に実施した全国初潮調査の資料を、調査前夜の睡眠時間、この1週間の朝食回数でクロス集計し、学年と既潮率よりプロビット分析により平均初潮年齢を算出した。睡眠時間は8時間未満と8時間以上で区分し、朝食習慣は1週間に7回(毎朝、食べている)と6回以下で区分した。平均初潮年齢は既潮率50%の推定年齢となる。なお、ここでは年齢を対数変換したものをを用いた。全体の平均初潮年齢は12歳2.6ヵ月(標準偏差1歳3.6ヵ月)であった。

日本女性の平均初潮年齢は、現在12歳2ヵ月前後で新たな停滞期にあると考えられる。しかし、世界的な低年齢と考えられる。

**調査協力者:** 47都道府県から学校単位で無為抽出された小、中学校に在籍する小学校4年生から中学校3年、6学年の女子児童・生徒。初潮に関する有効回答者はのべ、41,798人であった。

**結果:** 睡眠時間は、学年が上昇すると短縮され、他方、毎朝、食事をする比率は低下傾向にある。思春期にかけて健康習慣が低下する傾向にある。特に学年の上昇とともに就寝時間が遅くなる傾向が強い。平均初潮年齢は、朝食が週6回以下の集団は低くなり、睡眠時間が8時間未満の集団も低い傾向が見られた。下図は、小学校6年生女子の各都道府県における肥満傾向児の出現比率(文部科学省学校保健統計, 2010)と2008年の平均初潮年齢の関係をみたものである。肥満児の出現比率と平均初潮年齢は負の相関関係にある( $r = -.49$ ,  $Pr. < .01$ )、言い換えれば肥満児の出現比率が高い地域は平均初潮年齢が低いと考えられる。

**考察:** 本調査では、2002年、2005年、2008年と一貫して同様の結果を得ている。初潮年齢は、これまでの健康習慣を反映していると考えられる。すでに、体重と初潮年齢の関連は示唆されており、特に肥満との関係が示唆される。短い睡眠時間や朝食を食べない習慣は、皮下脂肪の蓄積および肥満と結びつき、来潮の引き金となることが推定される。

Ahmed, Ong & Dunger (2009) は、成人期における肥満、糖尿病、乳がん等を早期の初潮年齢のもたらす負の効果として指摘している。今後は、地域的な女性成人病の発症率とその地域の平均初潮年齢の関係を検証し、将来の健康予測指標としての平均初潮年齢の確認が必要と考えられる。

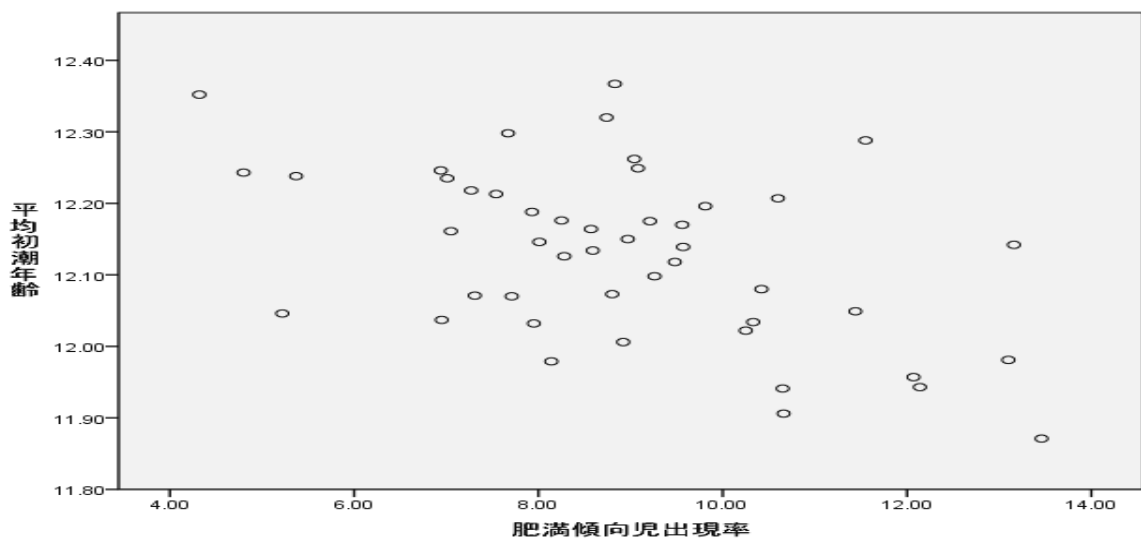


図 都道府県別・肥満児出現率(%)と平均初潮年齢