**＜抄録原稿書式＞**

用　紙：Ａ４サイズ

　頁　数：１頁

　余　白：上20mm、下20mm、左15mm、右15mm

　段　組：２段組、段間８mm

　文字数：24字42行

　フォント：タイトル；平成角ゴシック　12、著者・所属・本文；ＭＳ明朝　10、

**＜記入例＞**

**耐糖能および肥満度の改善と心理的特性の関係について**

　　　　　○高柳茂美、熊谷秋三　（九州大学健康科学センター ）

　　　　　　花田輝代　　　　　　（福岡大学筑紫病院栄養部 ）

　　　　　　角南良幸　　　　　　（福岡大学スポーツ科学部）

　　　　　　二宮　寛、佐々木　悠（福岡大学筑紫病院内科第２）

**【はじめに】**

　インスリン非依存性糖尿病（NIDDM）患者の不安の程度は健常者に比べ高いことや、中心性肥満を伴う成人では、喫煙、飲酒、精神安定剤の服用頻度、社会的地位や収入の低さ、欠勤率との関連性、さらには、抑うつ、不安、敵意などの心理的特性が強いことが報告されている(Wing,RR， 1990,1991)。

　本研究においては、非薬物療法下にある肥満を伴う耐糖能境界型（ＩＧＴ）あるいはインスリン非依存性糖尿病（ＮＩＤＤＭ）患者を対象として、身体感覚や心理状態に対する「気づき」を患者自身が体験し、食事・運動などの生活行動を自己選択的に行う行動変容

（３）肥満度；Body Mass Index (BMI)、%fat、ウエスト／ヒップ比（WHR）、CTスキャンによる皮下脂　肪・内臓脂肪面積の測定を用いる。

**【結　果】**

約１年におよぶ行動変容プログラムの実践前後の肥満度とVO2max、耐糖能（Table1）および心理的指標（Table2）の変化を示す。

１．肥満度およびVO2maxの変化

　プログラム前後における体力・肥満度を比較したところ、体力が有意に増加、％FATは減少を認めた。

２．耐糖能の変化

　プログラム前後を比較すると血糖値およびHbA1C