

## <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 8 mm

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V02max、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V02max 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