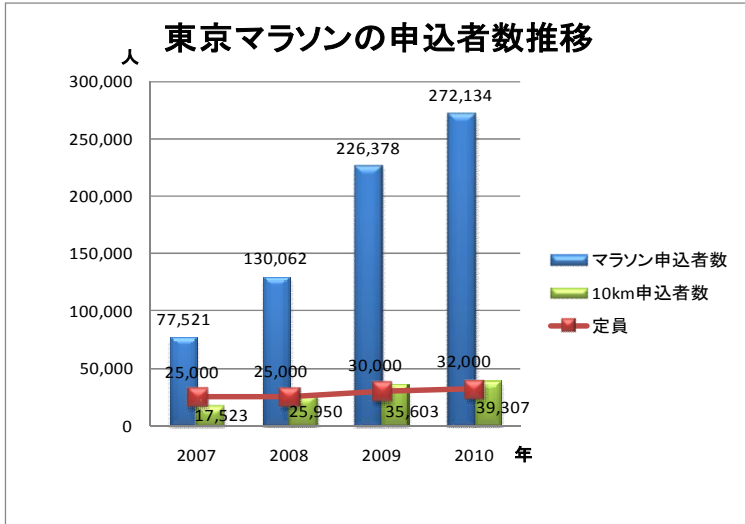


メタボは金食い虫！？ 1年間にかかる医療費は 1.5 倍！

ファイナンシャルプランナー・金融知力インストラクター 加藤 梨里

今やすっかり私たちになじみのある言葉になった“メタボ”。



2008年4月のメタボ検診(特定健康診査・特定保健指導)のスタートから2年で、もともとは医学的用語であった“メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群=メタボ)”は、お茶の間の会話にもたびたび登場するほど一般に定着し、健康ブームの火付け役にもなりました。特にマラソンは空前のブームといわれており、東京マラソンの応募者数は年々急増しています。当選倍率が8.5倍となった2010年の参加権は、ネットオークションで高値で取引されるほどの人気ぶりでした。

(図1. 東京マラソンの申込者数推移

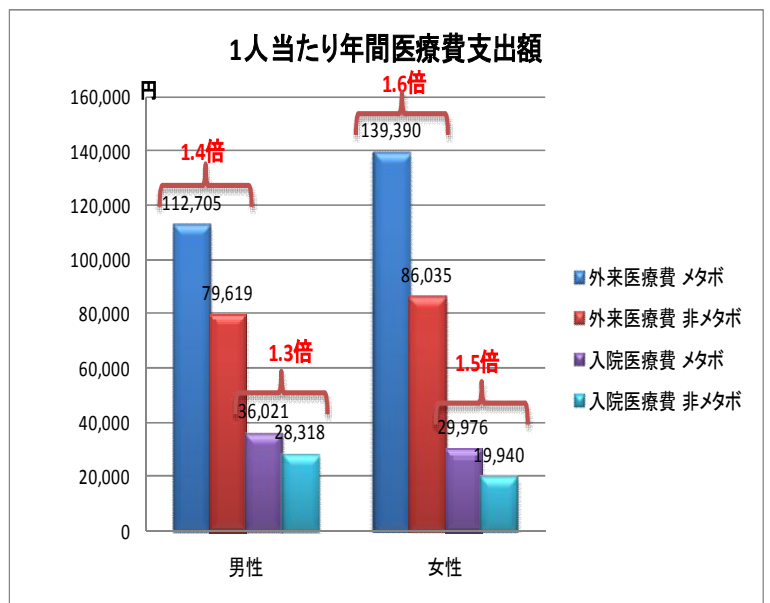
(東京マラソン公式HP (http://www.tokyo42195.org/2010/entry_jokyo.html)より筆者が作成))

そんな健康ブームをさらに過熱させそうな衝撃的な調査結果が、3月に全国健康保険協会から発表されました。なんと、メタボの人はメタボでない人の約1.5倍も医療費がかかるというのです。

■メタボは1年間にかかる医療費が1.5倍も高い！

中小企業のサラリーマンらが加入する協会けんぽを運営する全国健康保険協会は、3月10日に「メタボリックシンドロームの人は、メタボのリスクがない人に比べて1年間にかかる医療費が約1.5倍高い。」という分析結果を発表しました。2008年度に生活習慣病の健康診断を受けた35歳以上の被保険者約425万人について、健診の結果からメタボに該当する人と、そのリスクがない人の1年間の医療費を比較したところ、メタボの該当有無によって医療費に大きな差があることが明らかになりました。

(右図2. 1人当たり年間医療費支出額(全国健康保険協会平成20年度の健診データと医療費データの分析より筆者が作成))

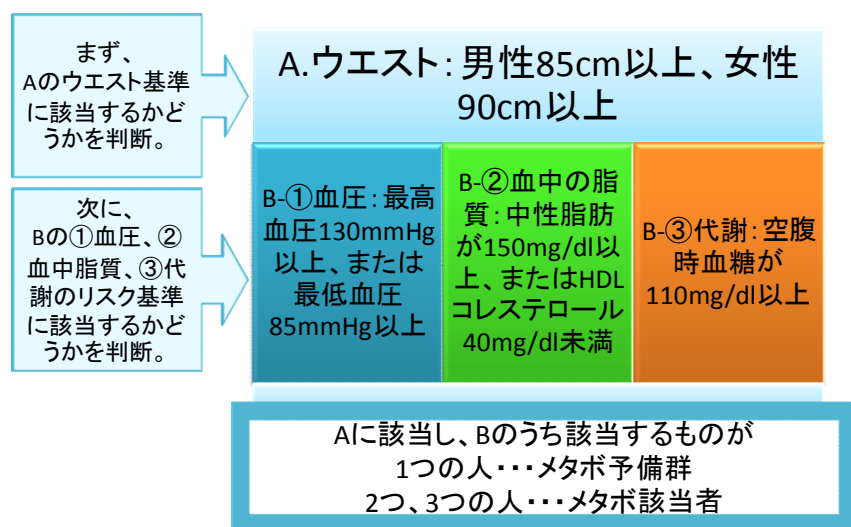


調査結果によると、メタボ男性が1年間に支出する外来の医療費(薬代を含む)は1人当たり平均112,705円。一方、メタボに該当しない人は平均79,619円でその差は約1.4倍。女性では、メタボ該当者は該当しない人の1.6倍の139,390円にも上りました。入院医療費についても、メタボ男性が1.3倍、メタボ女性が1.5倍かかる

という結果でした。

メタボに該当するからといって、必ずしも重大な病気にかかるわけではありません。しかし、メタボになった時点で、何らかの体の不調が起こり、医療費の支出が膨らむということがわかります。

■お金がかかるだけじゃない！生活に支障も！



メタボの定義は左図3に示すように、4つのリスク（ウエスト、血圧、血中の脂質、血糖）の該当によって判断します。このうち血糖のリスクを抱えている人の多くは糖尿病の危険が高い人たちです。糖尿病は、人工透析や失明などの重症に発展するケースも多く、これらの治療費用は特に高額に膨らむ傾向があります。

(左図3. メタボリックシンドロームの判定基準)

ここにはデータを載せていませんが、4つのリスク別に、リスクの有無による医療費の差を比較してみると、血糖のリスクを抱えている人の医療費が最も高く、外来費用は男性 120,828 円、女性 132,733 円で、血糖のリスクのない人（男性 76,676 円、女性 83,861 円）の約 1.6 倍かかります。これはおそらく、糖尿病治療のためには高血圧などに比べて頻繁に通院したり、多くの薬を飲んだりしなければならないからと考えられます。

このように、メタボは医療費の支出によって家計を圧迫するだけでなく、日常生活の中の時間を治療のために充てなければならない不自由さももたらすかもしれないのです。

■将来の家計も圧迫！？

メタボは、今かかる医療費だけでなく、将来の健康状態や医療費にも大きく影響します。メタボの4つのリスクを併せ持つようになると、脳卒中や心疾患などの重大な病気を引き起こすリスクが増大するといわれています。リスクが3～4つある人は、心疾患を発症する危険度が、リスクがない人に比べて何と 35.8 倍も高まるというデータもあります。(出所：労働省作業関連疾患総合対策研究班の調査)

脳卒中や心疾患などの重大な病気にかかると、病院に支払う医療費やその他の費用（保険で適用されない治療や差額ベッド代、通院のための交通費など）に約 200 万円～500 万円かかるという試算もあります。また、病気のために仕事を休んだり、退職したりすると、その分収入も減ってしまいます。健康を害すると、体へのダメージだけでなく、経済的にも大きなダメージを受けてしまうのです。実際に、健康の程度が所得に比例することが数多くの研究で証明されており、このことを“健康格差”といいます。(これについては、また別の機会にご紹介します。)

“メタボ”というと、“単なる肥満”というイメージを持たれる方も多かもしれませんが、実は私たちが健康的に生き生きと暮らせるかどうかの重要な指標なのです。それは、体の健康だけではなく、毎日の生活や将来に続くお財布の健康を大きく左右するものでもあります。

少しずつの運動や無駄な間食を減らすなど、メタボを予防する心がけを積み重ねて、体はスッキリ、お財布はたっぷり豊かな暮らしを手に入れたいものですね。