

# GLP-1って何？

## その1：糖尿病薬？やせ薬？



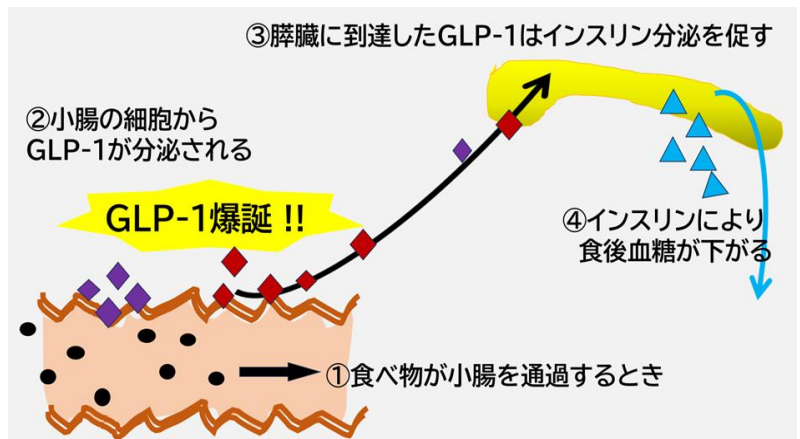
産業医 田名 毅  
首里城下町クリニック

産業医だよりでは、毎月私のクリニックで行っている地域むけ医療講演会 YouTube 配信の内容を要約してお伝えしています。今月の地域むけ医療講演会は、「GLP-1って何？ その1：糖尿病薬？やせ薬？」というタイトルで当院の糖尿病専門医・総合内科専門医 新川葉子先生に講演をお願いしました。以下に講演内容の要約を紹介します。

### GLP-1って何？

GLP-1 受容体作動薬は、糖尿病治療薬として生まれました。本来治療薬であり、ダイエット目的で作られた薬ではありません。では、その GLP-1 はどのような物質でしょう？

小腸から分泌される物質で、インスリン分泌を促進し血糖を下げます。その後、この GLP-1 がインスリン分泌促進以外に、食欲抑制するなど多くの作用があることが分かってきました。



### GLP-1はどんな人が利用できる？

では、どのような方々に使われるのでしょうか？以下の4つのパターンがあります。

- やせたい! と思っている人
- 1) すでに2型糖尿病がある人
  - 2) 医学的にやせたほうがよい【肥満症】
  - 3) 健康障害がまだ出ていない肥満 (BMI25以上)
  - 4) 肥満基準に満たないけどやせたい人 (BMI25未満)

#### ⇒2)医学的にやせた方がよい【肥満症】

- ①高血圧、脂質異常症、2型糖尿病のいずれかがあり
  - ②BMI27以上---先の健康障害が2つ以上 or BMI35以上
  - ③さらに食事運動療法で十分な効果が得られていない場合
- ↓  
保険診療ができる医療機関が限られているのが難点です。

現時点(2025年10月):

【肥満症GLP-1保険診療】は、規模の大きな病院のみに限定、正規ルートはハードルが高い! (> <)

#### ⇒1)すでに2型糖尿病がある人

GLP-1製剤は通常の治療として保険診療(1割〜3割負担)使うことができます。担当の医師にご相談ください。

ただし、該当する場合は


- ✓ 食事・運動のアドバイスも受けられて
  - ✓ 薬剤の相談ができて、
  - ✓ 保険診療でできます。
- 通える方はぜひ通ってください!

※大きな病院では保険で処方可能です。

それ以外の肥満は、保険では処方できないことになります。

※今では美容外科、オンライン診療で入手できますが、専門医師の管理下が安全と考えて当院では新川先生が、このための専門外来を行っています。

やせたいと思っている人は多いと思いますが、基本は2型糖尿病のある方、医学的にやせた方がいい方になります。



やせたい!と  
思っている人

1) すでに2型糖尿病がある人 GLP-1保険診療○

2) 医学的にやせたほうがいい人【肥満症】 GLP-1保険診療○だけど制限多い

3) 健康障害が出ていない人 GLP-1保険診療×

4) 肥満基準に満たないけどやせたい人 GLP-1そもそも×

## GLP-1の問題点

### GLP-1ダイエットの問題点

やせたい人がたくさんいる! という状況で

- それに便乗して、もうけようとする人がある  
(オンライン診療、転売、強要、...)
- 使ってほしくない人が使っている  
(非肥満例など)
- 適当に使っている人が多い可能性がある  
(クチコミ、ネットの書きこみに頼る)

非対面のオンライン診療、自己責任の自由診療  
お金があれば簡単に手に入るという  
ハードルの低さが問題

### GLP-1ダイエットは本当にラク?

使い始めたあと、**続け方・やめ方が難しい!**

- 体重が順調に減る人もいるが
- 食欲が落ちない、体重まったく減らない人もいる
- 副作用が強く出る人がある(吐き気、便秘、下痢など、...)
- やめると食欲が復活しやすい人がある
- いつまで続ければいいのか?と思う時がある

糖尿病診療で使い慣れている私たちでも、なかなか難しい。  
「ラクにやせる」と「やせ続ける」は違います

### 使ってほしくない人が使っている(非肥満例など)

#### やせの弊害

摂食障害

無月経、不妊

骨粗鬆症



女性の低体重 栄養不足での健康被害 “疾患として対策を”

2025年6月3日午後8時11分

RKB毎日放送

「生理が止まった」「電車の中で倒れた」「気づいたら減っている」糖尿病の治療薬でダイエット 使用した女性たちに起きた変化 専門家は危険性指摘 RKB毎日放送 571+解説



肥満ではない方が GLP-1を使うと、健康障害がでできます。落ちた体重の半分は筋肉とされ、脂肪も筋肉も落ちてしまい、ホルモンバランスが崩れてしまいます。女性は月経が止まったり、骨密度が70-80代レベルに落ちてしまうこともあると言われています。胎児への影響もまだわかっていないため妊娠可能な年齢の糖尿病患者さんには基本処方しません。

GLP-1による肥満(症)治療:  
理想は「対面診療で、相談しながら」



- ✓ 薬剤選択、使用感、効果の判断
- ✓ 副作用への対処
- ✓ 効果を持続させて、目指す体重へ
- ✓ リバウンドしない生活習慣を根付かせる



今回は「おなかの空きにくい食べ方 ♡」を語ります

GLP-1製剤による肥満治療の理想は対面診療です。

各々の状況や食べ方の癖、生活リズムは異なりますので。



## 第258回 首里城下町クリニック地域むけ医療講演会

テーマ：『沖縄県民をより幸せにするために』

日時：令和8年1月7日（水） 午後7時配信予定

講師：首里城下町クリニック 第一クリニック院長 **YouTube 配信**  
産業医 田名 毅



その他クリニックに関しては HP をご覧ください <http://www.shuri-jc.jp>

首里城下町クリニック『働く人健康支援室』は、



産業医・内科医  
高血圧が専門です  
田名 毅

あなたの **健康相談窓口** です！

### 相談窓口

産業医は、あなたの職場とそこで働く人々の心とからだの健康を支援します。

★訪問日を設けている事業所の職員は、お気軽に訪問日をご活用下さい。

★クリニック内の『働く人健康支援室』では健康相談を行っています。

診療との調整が必要です。事前にお電話の上、いらしてください。

“産業医や保健師と面談希望”とお話してください。

★診察や検査の必要がない限りは無料です。

★その他、電話やメール相談も随時行っています。



保健師・産業カウンセラー  
キャリアカウンセラー CDA  
公認心理士 田名彩子



保健師・産業カウンセラー  
キャリアカウンセラー CDA  
與儀雅代



### 連絡先

首里城下町クリニック 働く人健康支援室  
098-885-5000

携帯 080-4312-9200(田名彩子)  
メール [sien@sjc.dr-clinic.jp](mailto:sien@sjc.dr-clinic.jp)(働く人健康支援室)

プライバシーは守ります。  
お気軽にご利用下さい！