

自己評価報告書

平成 23 年 4 月 1 日現在

機関番号：12102
研究種目：基盤研究 (B)
研究期間：2008～2011
課題番号：20300227
研究課題名 (和文) 生活習慣病克服と健康寿命延伸のための生活習慣改善に関する総合的エビデンス確立事業
研究課題名 (英文) Establishing clinical evidence for prevention of lifestyle-related disease and lifestyle intervention
研究代表者 曾根 博仁 (SONE HIROHITO)
筑波大学・大学院人間総合科学研究科 教授
研究者番号：30312846

研究分野：内科学

科研費の分科・細目：健康・スポーツ科学・応用健康科学

キーワード：生活習慣病・科学的エビデンス、健康寿命、生活習慣改善

1. 研究計画の概要

(1) 食事、運動、飲酒、喫煙などの生活習慣の改善は、糖尿病やメタボリックシンドロームを始めとする生活習慣病の克服に不可欠である。しかし、生活習慣改善の有効性を示した信頼しうる具体的データが不足している。具体的で説得力のある生活習慣指導のための、日常生活にすぐ適用可能な科学的エビデンスの確立することが本研究の目的である。

(2) 本研究は、サブプロジェクト[1] 既存の生活習慣研究の定量的メタアナリシスによるエビデンス化—定量的メタアナリシス手法を用いた生活習慣療法の最上位エビデンスの創成、サブプロジェクト[2] 青少年における将来の生活習慣病発症リスクファクターの確立—伝統校同窓会コホートを活用した超長期ヒストリカル・コホート研究、サブプロジェクト[3] 青少年における効果的な生活習慣教育法の確立—小児肥満と若年女性のやせを標的とした食育による介入研究、サブプロジェクト[4] 中高齢者におけるより効率的な生活習慣病検診システムの開発—健診蓄積データを活用した効率的な生活習慣病・動脈硬化疾患予知システムの開発、サブプロジェクト[5] すでに生活習慣病を有する中高齢者の二次予防エビデンスの確立—糖尿病をモデルにした合併症の二次予防のための生活習慣療法エビデンスの確立、サブプロジェクト[6] 高齢者の健康寿命延伸のための生活習慣改善エビデンスの確立—高齢者コホートを活用した高齢者における食事と運動の改善による効果の検討、サブプロジェクト[7] 生活習慣・健康科学情報の適切な広報・報道・教

育法の開発—健康情報の質の評価とメディア等を通じた適切な情報伝達手法の確立、サブプロジェクト[8] 生活習慣改善による生活習慣病克服と健康寿命延伸に関するエビデンスの総合的データベース確立からなる。

2. 研究の進捗状況

(1) 本研究は、上記、8つのサブプロジェクトから成る。これらを進捗させることにより、(i)生活習慣とその改善が生活習慣病克服と健康寿命延伸に果たしうる役割、(ii)その実現のための具体的プロトコル、(iii)人々に実際に行動変容を起こすための教育法、を明らかにし、日常生活に応用可能な科学的エビデンスの形で提示する。毎年2-3個ずつのサブプロジェクトを進行させており、現在は、その7つまで順調に進行している。

(2) 本研究では、国民の健康に直結する生活習慣の影響と効果について、前向き研究に基づく信頼しうる科学的エビデンスとして確立・提示することである。通常これには長い研究期間を要するが、極めて短期間で達成するための独創的工夫として、130年の歴史を持つお茶の水女子大・筑波大とその附属校の保存データや、申請者が携わってきた既存進行中の複数の大規模コホートを活用してヒストリカル・コホートを作成する。これと、その後の生活習慣病発症や寿命との関係を解析すれば、これまでに例がないほど長期の生活習慣の影響(たとえば青少年期の生活習慣と高齢期の生活習慣病発症との関係)や、多数の日本人患者における生活習慣療法の効果を研究期間内に解明可能である。

3. 現在までの達成度

① 当初の計画以上に進行している。
(理由)

すでに 10 本以上の英文原著論文に加え、総説論文、著書、学会発表、招待講演、内外のメディア報道なども合計 100 点を超え、順調に成果があがっている。

4. 今後の研究の推進方策

引き続きこれまで通りに進行させれば、当初の目的が達成され、当該分野の研究、国民保健の現場ならびに施策などに多大な貢献をなし得ると期待している。

5. 代表的な研究成果

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文] (計 30 件)

1. Heianza Y, Hara S, Arase Y, Saito K, Totsuka K, Tsuji H, Kodama S, Hsieh SD, Yamada N, Kosaka K, Sone H. Low Serum Potassium Levels and Risk of Type 2 Diabetes: Toranomon Hospital Health Management Center Study 1 (TOPICS 1). **Diabetologia** 査読有 (in press), 2011
2. Kodama S, Saito K, Tanaka S, Horikawa C, Saito A, Heianza Y, Anasako Y, Nishigaki Y, Yachi Y, Iida KT, Ohashi Y, Yamada N, Sone H. Alcohol Consumption and Risk of Atrial Fibrillation: A Meta-analysis. **J Am Coll Cardiol** 査読有 57:427-36, 2011.
3. Yokoyama H, Sone H, Yamada D, Honjo J, Haneda M. Contribution of glimepiride to basal-prandial insulin therapy in patients with type 2 diabetes. **Diabetes Res Clin Pract.** 査読有 (in press), 2011
4. Asumi M, Yamaguchi T, Saito K, Kodama S, Miyazawa H, Matsui H, Suzuki E, Fukuda H, Sone H. Are serum cholesterol levels associated with silent brain infarcts? : The Seiryō Clinic Study. **Atherosclerosis**, 査読有 210: 674-677, 2010.
5. Sone H, Tanaka S, Iimuro S, Tanaka S, Oida K, Yamasaki Y, Oikawa S, Ishibashi S, Katayama S, Yamashita H, Ito H, Yoshimura Y, Ohashi Y, Akanuma Y, Yamada N. Long-term lifestyle intervention lowers incidence of stroke in Japanese patients with type 2 diabetes: a nationwide multicenter

randomised controlled trial. (the Japan Diabetes Complications Study). **Diabetologia** 査読有 53:419-428, 2010

[その他]

ホームページ

<http://square.umin.ac.jp/soneken/index.html>