

運動疫学 ニュースレター



日本運動疫学会
Japanese Association of Exercise Epidemiology

平成 27 年 6 月 15 日発行 No. 4

第 18 回日本運動疫学会学術総会のご案内

第 18 回日本運動疫学会学術総会会長・中京大学工学部 種田 行男

第 18 回の学術総会は 2015 年 6 月 20 日（土）から 21 日（日）にかけて、中京大学名古屋キャンパスにおいて開催します。過去 5 年間、日本運動疫学会学術総会は日本体力医学会大会の前日に同地で開催してきましたが、今回は会期を 2 日間に延長し贅沢に時間を使って、リラックスした雰囲気でききやすい学術総会を開催することに致しました。

学術総会の内容は、「結集と創造－Active Living for All」をテーマに、学術総会会長企画シンポジウム「身体活動促進に関する研究の海外最新情報」、特別企画シンポジウム「東京オリンピック・パラリンピック・レガシーと身体活動・運動・スポーツの推進－学術は

どう貢献できるか？－」、学術委員会企画の基調講演「座位行動の科学」と教育講演「健康づくり介入研究の実施方法および留意点」、セミナー委員会企画の教育講演「I-Min Lee 先生に学ぶ身体活動量と疫学研究～特に女性に着目して」、プロジェクト研究委員会企画のナイトセミナー「日本運動疫学会認定プロジェクト研究の紹介」、および一般発表としました。詳細は学会ホームページをご覧ください (http://jaee.umin.jp/meeting_18.html)。

会期中には参加者同士のコミュニケーションを快適に楽しんでいただけるように、コーヒーブレイク、ランチ、懇親会なども力を入れて準備します。運動疫学の関係者であれば必ず参加し

たくなるような学術総会にしたいと考えています。我が国の運動疫学研究について自由に語り合える場に、みなさまがお越しくださることを関係者一同心待ちにしています。



☑備考：本会に参加すれば、健康運動指導士あるいは健康運動実践指導者の登録更新に必要な履修単位が認定されます。

☑事務局：中京大学工学部ヘルスプロモーション（種田）研究室

☑e-mail：jaee.meeting@gmail.com

第 16 回 運動疫学セミナー開催のお知らせ

第 16 回運動疫学セミナーを下記の内容で開催いたします。運動疫学に精通した、講師陣の講義を受ける絶好の機会です。

セミナーに一度も参加したことがない方、あるいは再度理解を深めたい方の参加をお待ちいたしております。**多くの皆さまのご参加をお待ちしております。**

日 程：2015 年 8 月 21 日（金）
13:00 ～ 23 日（日）16:00 まで（2 泊 3 日）
会 場：国立健康・栄養研究所

(<http://www0.nih.go.jp/eiken/>)

〒162-8636 東京都新宿区戸山 1-23-1

受講料：一般（有職者）40,000 円
学生 35,000 円

定 員：全コース合わせて約 30 名
（定員になり次第、締め切り
ます。）

※セミナー受講者は日本運動疫学会の会員とします。（非会員の方は **セミナー参加前までに必ず入会手続き（当該年度会費の納入＋入会申込書）の完了をお願いします。**学生会員入

会ご希望の方は学生証の提示とご紹介者（正会員）明記が必要です。

入会案内→ <http://jaee.umin.jp/join.html>

入会申込・お問合せ→
jaee.info@gmail.com

※セミナー受講料について：学生会員

CONTENTS

1. 第 18 回運動疫学研究会学術集会のご案内 … 1
2. 第 16 回運動疫学セミナー開催のご報告 … 1
3. 第 88 回日本産業衛生学会 参加報告 … 3
4. 私と運動疫学 … 3
5. 最近の注目論文 … 4

であっても専任有職者には学生料金が適応されません。

※宿泊は国立健康・栄養研究所の隣りの全国障害者総合福祉センター戸山サンライズでの相部屋となります。

申込締切日：平成27年7月20日(月) 17:00

※申し込み方法、セミナーの内容などの詳細は、<http://jaee.umin.jp/> をご覧ください。順次公開いたします。

※セミナーに関するお問い合わせは jaee.seminar@gmail.com こちらのアドレスをお願いします。

1. コース選択

本セミナーに3コースを設けました。以下のコースから1つお選びください。

○ベーシックコース：疫学的研究デザインを意識して研究計画をつくれるようになる。

○アドバンスコース：疫学的研究の運

営・解析・論文化する力を身につける。(※初めてセミナーに参加される方は原則としてベーシックコースをおすすめします。)

○フリーコース：疫学的研究を実施する上で身についた企画・運営・解析・論文化の力を復習する。講義(アドバンス・ベーシック)は自由に選択できます。グループワークはアドバンスコースに参加していただきます。(※原則としてアドバンスコースまでを終了した方とします。)

2. 運動疫学研究に関する合同および個別相談プログラム

(1)合同相談プログラム(運動疫学研究実習)

アドバンスコースとして2日目の午後に個人研究に関して講師陣全員と討議できる時間を設けます。これから実施する予定の研究、あるいは現在進行中の研究の現状について発表した後、

講師陣全員に対して研究に関する相談や質問が可能です。また、他の受講者や講師陣とご自身の研究に関する討議が可能です。このプログラムへの発表希望者は、研究の指導を担当されている方(指導教授や研究班長)がいる場合、本セミナーにおいてこのような企画があることを伝え、承諾を得た上でご参加ください。

(2)個別相談プログラム

フリーコース(アドバンスコース参加者は要相談)を選択された方の中で、これから実施する予定の研究、あるいは現在進行中の個人研究に関して講師陣と個別に話し合う時間帯も設けます(1人:30~60分、参加希望者数によって変更)。このプログラムへの参加希望者につきましても、研究の指導を担当されている方(指導教授や研究班長)がいる場合、本セミナーにおいてこのような企画があることを伝え、承諾を得た上でご参加ください。

日付	時刻	ベーシックコース	アドバンスコース
2015年8月21(金)	13:00-13:30	開 校 式	
	13:40-14:40	疫学概論(内藤義彦)	運動疫学概論(種田行男)
	14:50-15:50	研究デザイン論(北島義典)	介入研究の進め方(中田由夫)
	16:00-17:00	基礎統計学(笹井浩行)	コホート研究の進め方(澤田 亨)
	18:30-	夕 食 (ナ イ ト セ ミ ナ ー)	
2015年8月22(土)	7:30-9:00	朝 食	
	9:00-10:00	共通講義① 論文の書き方(中村好一)	
	10:10-11:10	共通講義② 身体活動評価法(田中茂穂)	
	11:20-12:00	共通実習 身体活動量測定(スズケン)	
	12:00-13:00	昼 食	
	13:00-14:00	共通講義③ 倫理と倫理審査(荒尾 孝)	
	14:10-15:10	介入研究の基本(笹井)	運動疫学研究実習
	15:20-16:20	コホート研究の基本(門間陽樹)	
	16:30-17:00	演習ガイダンス(笹井、門間、中田)	
17:00-19:00	夕 食		
19:00-23:30	演習① 研究デザイン(グループワーク)		
2015年8月23(日)	7:30-9:00	朝 食	
	9:00-12:00	演習② 研究デザイン(グループワーク)	
	12:00-13:00	昼 食	
	13:00-15:30	演習③ 研究デザインの発表	
	15:30-16:00	閉 校 式	



2014年参加者・講師集合写真



演習中の様子

【関連学会参加報告】第88回日本産業衛生学会 参加報告

日本運動疫学会広報委員・東京医科大学公衆衛生学分野 金森 悟

2015年5月13日～16日まで、大阪で開催された第88回日本産業衛生学会「テーマ：Quality of Working Life—グローバル化と労働形態の多様化の中での展望—」に参加してきました。この学会は産業保健に関するあらゆる分野のテーマが扱われ、学会長の閉会の挨拶では約3,600名もの参加があったとのことでした。

この学会で特に身体活動に関わるセッションには、職域身体活動研究会による自由集会被あげられます。今回は「労働衛生分野における体力科学研究～JNIOOSHの取り組み～」というテーマで、松尾知明先生（（独）労働安全衛生総合研究所）がご講演されました。主に宇宙飛行士向けの研究成果

を紹介され、宇宙飛行士も産業保健の対象であることに気づかされました。また、宇宙飛行士の体力に関する研究が一般の労働者にも役立てることができるといったメッセージもあり、とても興味深く学ぶことができました。

私自身はポスター発表にて、「IT企業における肩こり・腰痛対策イベント「カラダのゆがみ測定会」の実践」と題した報告を行いました。このイベントは、モニターから指示されるポーズをいくつかとるだけで、身体のゆがみを測定することができる企画です。募集直後に参加枠があつという間に埋まってしまった人気企画だったのですが、発表を聞いていただいた多くの保健師や理学療法士らに関心を持って

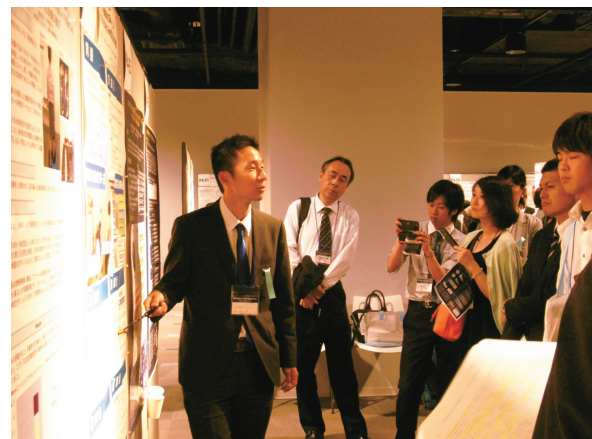
いただくことができました。さらに、別のアイデアのご提案もいただくこともでき、次回の学会でもぜひ発表したいと思いました。



他にも、身体活動・運動に関わる発表も多かったのですが、運動疫学会のメンバーはあまり多く見かけなかったのが印象的でした。産業保健の対象は約6,000万人にもなり、国民の身体活動を促進していく上で非常に重要なフィールドです。運動疫学が産業保健分野で貢献できる余地はかなりあるのではないかと感じました。



職域身体活動研究会での1コマ



ポスター発表をする著者

私と運動疫学

日本運動疫学会副理事長・武庫川女子大学生生活環境学部 内藤 義彦

未だ「運動疫学」という用語も概念も定着していなかった時代からこの分野に関わってきた者の一人として、運動疫学との出会いをご紹介します。

大学卒業後、最初に所属したのが大阪府立成人病センターでした。ここは、当時の日本における循環器疾患の疫学研究の第一線の機関の一つであり、「低

コレステロール血症が脳出血のリスクファクターである」等の日本独自の成果もあります。国内の生活環境の異なる地域・職域の検診成績や循環器疾患の罹患率・死亡率を比較するエコロジカル研究と受診者の長期追跡によるコホート研究が特徴的でした。主要テーマは検診所見および脂質摂取量や食

塩摂取量等の栄養因子と循環器疾患との関連であり、私が着任した当時（1980年）は身体活動に対する関心度はグループ内でも国内でも決して高い



ものではありませんでした。とはいえ、大阪より秋田の方で、同じ秋田でも事務職より現業職の方で、脳卒中罹患率が高かったこと、その理由として、肉体的に過重な労働の影響を言及する先輩研究者がおられました。一方で、世の中は運動不足を懸念する風潮が高まりつつあり、身体活動（運動）の功罪を明らかにするため、駆け出しの私の研究テーマになりました。

いざ調査しようとしたら、最初に直面したのが身体活動量の評価方法でした。当時、米国の研究では定量的評価方法が開発されていましたが、日本人の活動の種類も活動の内容自体も欧米人のものと大きく異なっていたので、そのまま利用できないと判断しました。そこで、日本人自身の活動強度 (RMR) の実測値（沼尻）を基に、24 時間活動記録法と質問紙法の開発から始めま

した。色々な試行錯誤があり苦勞の連続でしたが、新しいチャレンジで社会的意義もありそうだったので、今から顧みると充実した毎日に思えます。また、足を運んだことによって得られた現場感覚も疫学者には有意義なものと思っています。若い研究者の皆さんの参考になれば幸甚です。

【最近の注目論文】

Sedentary Time and Its Association With Risk for Disease Incidence, Mortality, and Hospitalization in Adults ~A systematic Review and Meta-analysis (Ann Intern Med. 2015;162(2):123-132)

東京都福祉保健局保健政策部、東京医科大学公衆衛生学分野 菊池 宏幸

【背景】

近年、複数の疫学研究に於いて、座位行動 (sedentary behavior : SB) が多いことは、中等度以上の身体活動 (Moderate to vigorous physical activity : MVPA) が少ないことは独立した疾患のリスクであることが示されている。しかし、SB が長いことと、健康アウトカムとの関連の大きさ (Magnitude) が、研究間で一致していない。そこで、本研究では、SB と健康アウトカム (総死亡、循環器疾患 (CVD) 死亡、CVD 罹患、がん死亡、がん罹患、2 型糖尿病罹患) との関連についてシステマティックレビュー、さらに関連の大きさを推定するため、メ

タアナリシスを実施した。

【論文概要】

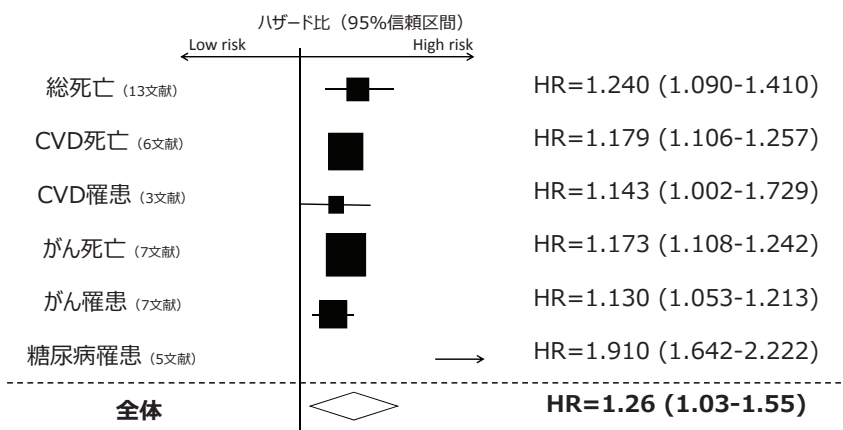
2014 年 8 月までに出版された 15,749 文献から、プロトコルに基づき 41 文献 (CVD・糖尿病について 14 文献、がんについて 14 文献、総死亡について 13 文献) を選んだ。それぞれの健康アウトカムごとに、SB との関連を、MVPA を調整した上でプール解析を実施した。その結果、各健康アウトカムごとのハザード比 (Hazard ratio : HR) および 95% 信頼区間 (95% confidence interval : CI) は、総死亡が HR = 1.240 (CI = 1.090-1.410)、CVD 死亡が HR = 1.179 (CI = 1.106-1.257)、CVD 罹患が HR = 1.130 (CI = 1.053-1.213)、2

型糖尿病が HR = 1.910 (CI = 1.642-2.222) であった。また、SB と健康アウトカムの関連を MVPA の高低で層別に解析した結果、MVPA が比較的低い群で、関連はより顕著であった。



【コメント】

2010 年ごろから、SB について大規模な疫学研究が増え、健康影響の科学的根拠が固まりつつあります。しかし、このレビューで選ばれた論文のうち、日本人を対象としたものは 1 本のみであり、今後、国内で具体的な施策につなげるためにも、日本人を対象とした研究の蓄積が求められます。



図：座位時間と健康アウトカムのメタアナリシス結果

発行：日本運動疫学会
日本運動疫学会事務局
〒466-8666 愛知県名古屋市中区八事本町101-2
中京大学工学部
ヘルスプロモーション（種田）研究室内
E-mail: jaee.info@gmail.com