

# 運動疫学 ニュースレター



令和7年12月10日発行 No.24

## 第27回 日本運動疫学会学術総会開催のお礼

第27回学術総会大会長／医薬基盤・健康・栄養研究所 小野 玲

2025年7月4～5日に大阪府摂津市にある摂津市立コミュニティプラザにおいて、第27回日本運動疫学会学術総会を開催いたしました。会期期間中は215名の方に参加をいただき誠にありがとうございました。また、本総会にご尽力いただきました全ての方々に感謝申し上げます。

本総会のテーマは「千言万歩（せんげんまんぽ）～エビデンスに基づく実践の道標～」と題しました。身体活動・運動を適切に維持向上させることによって、疾病予防や生命予後改善に大きな役割を果たすことは、さまざまな研究結果からわかってきています。本邦においても、2024年1月に厚労省から「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」が公表されました。一方で、健康日本21第

二次の結果においては、歩数・運動習慣ともに、目標値に達することはできず、65歳未満女性の運動習慣は減少していました。本総会は、培われたエビデンスを社会で実践するためにどうすべきか？を参加者と共に考えることで、国民の身体活動、運動習慣の向上の一助になれるような大会にしたいと思っていましたが、いかがでしたでしょうか？

総会期間中は、4つのシンポジウムに加え、教育講演、学術委員企画、市民公開講座を開催いたしました。また、コロナ前には恒例であった交流会である「懇親会」も開催させていただき、参加者の半数近くの方に参加いただきました。魔法のお菓子の力を借りて、多くの意見交換とネットワーク作りができたのではないかと考えております。

本総会をきっかけに新たな取り組みが芽生え、国民の身体活動・運動習慣向上、座位時間が減少するきっかけになれば幸いです。



## 第28回 日本運動疫学会学術総会のご案内

第28回学術総会大会長／名桜大学大学院 高倉 実



第28回日本運動疫学会学術総会を沖縄の研究者が一丸となり、2026年5月30日（土）・31日（日）に沖縄県那覇市的那覇文化芸術劇場なは一

とにて開催いたします。本学会として初の沖縄開催となります。今大会は「社会と身体活動・運動」をテーマに、個人への働きかけだけでなく、学校、職場、地域コミュニティ等、社会システム全体で身体活動・運動を支える新たな視点での解決策を探索します。地理的・社会的に様々な課題を抱える沖縄の地から、健康格差の縮小に向けた実践的アプローチを議論し、エビデンスに基づく政策提言につながる大会にしたいと考えています。市民公開講座

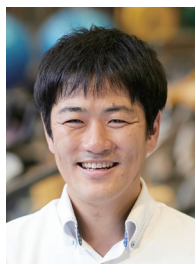
や充実したシンポジウムを鋭意準備しております。会場是那覇市の中心にある国際通りに近接し、アクセス良好です。皆様のご参加を心よりお待ちしております。なお、開催時期是那覇市内で複数のイベントが予定されておりますので、お早めに宿泊のご手配をお願いいたします。

### CONTENTS

1. 第27回 日本運動疫学会学術総会開催のお礼…………… 1
2. 第28回 日本運動疫学会学術総会のご案内…………… 1
3. 第10回 運動と健康：分野横断型勉強会のご報告…………… 2
4. 第24回 運動疫学セミナーの開催報告…………… 2
5. 第24回 運動疫学セミナーに参加して…………… 3
6. 私と運動疫学…………… 3
7. プロジェクト研究へのご協力の御礼と成果報告…………… 4
8. 医薬基盤・健康・栄養研究所の紹介…………… 4

## 第10回 運動と健康：分野横断型勉強会のご報告

学術委員・広報委員／名城大学 香村 恵介



2025年9月16日（水）、立命館大学びわこ・くさつキャンパスにて、第10回「運動と健康：分野横断型勉強会」を開催しました。対面39名、オンライン35名の計74名にご参加いただき、講義後の懇親会にも30名が参加するなど、終始活発な交流

が見られました。

今回のテーマは「自治体等の身体活動促進の取り組みによる効果をどのように分析・評価するか?」。辻大士先生（筑波大学）からは、繰り返し横断調査を用いることで地域の変化を捉え、施策の改善に結びつける視点が示されました。鎌田真光先生（東京大学）からは、地域介入や普



及事業を進める際のポイントや、準実験デザインをどのように活用していくかについて解説していただきました。会の終了後には、当日参加できなかった方へのフォローと、参加者が内容を復習できるよう、勉強会の録画を申込者限定で一定期間配信しました。

事後アンケートでは満足度100%という高い評価を得ました。参加者の多くが、これまで触れたことのない研究デザインを学べたことや、自身の業務や研究計画に直結する知見を得られたことを挙げていました。申込者の

36%が日本運動疫学会会員以外の方であり、本勉強会の「分野横断」の特徴が今回も十分に発揮されたと感じています。

今後も、多様な立場の方々 が学び合える場として、さらにブラッシュアップして継続していきたいと思います。

## 第24回 運動疫学セミナーの開催報告

セミナー委員長／医薬基盤・健康・栄養研究所 門間 陽樹

第24回運動疫学セミナーが2025年9月5日（金）～9月7日（日）の日程で、神奈川県（箱根町）の帝京大学箱根セミナーハウスにて開催されました。帝京大学箱根セミナーハウスでの開催は今回で3回目の開催となり、毎回好評の大人気の施設です。今年はベーシックコースに参加した19名が濃厚な3日間を共に過ごしました。

COVID-19流行後の運動疫学セミナーは、グループワークに重点をおいたプログラムを設計しています。事前学習として研究計画立案に関するオンライン講義を設け、現地ではポイントの解説に留め、グループワークに多くの時間を割り当てています。さらに、初日、2日目に中間発表を設定し、計画中の研究内容について講師陣からのフィードバックが得られる時間を確保しています。立案される研究計画は年々レベルが上っており、最終日の報告

会では全グループとも素晴らしい研究計画を発表していました。立案された研究計画書は日本運動疫学会のウェブサイトに掲載されていますので是非ご覧ください。

次の開催日や場所については現在検討中ですが、帝京大学箱根セミナーハウスのような快適な施設の新規開拓を目指しております。詳細が決まりましたら、メーリングリストをはじめ、学会ホームページ等でご案内させていただきます。お知らせが届きましたら、ぜひ日程の確保をお願いいたします。

最後に、今回は帝京大学の天笠志保先生に世話人をご担当いただきました。申し込みや施設側との調整、学会事務局との連絡など、セミナーの運営に多大なるご支援・ご協力をいただきました。講師および参加者を代表して改めて厚く御礼申し上げます。加えて、学会事務局にお



かれましても、備品や（相当数の）酒類の手配、支払いなどにご対応いただきました。ここに改めて感謝申し上げます。そして最後に、セミナーにご参加いただきました参加者の皆様に心より感謝申し上げます。今回のセミナーが皆様の人生にとっての財産となることを願っております。また来年セミナー会場でお会いしましょう。



## 第 24 回 運動疫学セミナーに参加して

東洋大学 木村 鷹介



2025 年 9 月 5 ～ 7 日に開催された運動疫学セミナー・ベーシックコースに参加しました。私は脳卒中患者や要介護高齢者の身体活動に関する研究に取り組んでいますが、これまで体系的に疫学を学んだ経験がありませんでした。それでも研究

キーワードに「運動疫学」と書いてきたことにどこか後ろめたさがあり、きちんと基礎から学び直したいと思って参加を決めました。また、学会運営に関わる先生方のお人柄や研究姿勢に触れ、「この先生方から学びたい」と思ったことも大きかったです。

単身での参加に不安もありましたが、想像をはるかに超えて充実した 3 日間になりました。事前のオンデマンド講義で基礎を押さえられたおかげで、当日の講義にもスムーズに入れました。介入研究のピットフォールや準ランダム化デザイン、AI を用いた文献検索など実践的な内容に加え、記述疫学の重要性や遵守率を高める工夫など、本質的な学びも多く得られました。

特に印象に残ったのはグループワークです。「植物栽培とオンライン交流プログラムが大学院生のメンタルヘルスに与える影響」をテーマに研究計画を作成し、講師の先生方からは本当に数多くのご助言をいただきました。チームメンバーにも恵まれ、真剣に議論しながらも学びの多い時間になりました。講義を聞くだけでは“わかったつもり”で終わってしまう。自分で計画を立て、発表し、フィードバックを受けて初めて理解が血肉になるのだと改めて実感しました。

ナイトセミナーという名の懇親会も非常に貴重な時間でした。講師の先生方や参加者と気軽に意見交換ができ、普段は聞けない研究の裏側も含めた深い話や研究相談もできました。

この 3 日間は、大学院数年分にも匹敵する学びと刺激に満ちていました。疫学の基礎をしっかりと身につけたい方、研究の質を高めたい方に心からおすすめています。準備・運営に携わった先生方、共に学んだ皆さまに改めて感謝申し上げます。

## 私と運動疫学



私は学校保健を専門とし、青少年の健康の社会的決定要因に関する社会疫学研究や学校におけるヘルスプロモーション研究に取り組んでいます。大学院修了後、琉球大学教養部に赴任し、退職まで、保健体育実技講義（現在の共通教育）

を担当し学校保健研究と二足の草鞋を履いてきました。医学部に分属後、疫学の講義を担当し運動疫学にも関心を持っていたことや、保健体育科目の情報収集の必要性から、設立当初の「運動疫学研究会」に入会しました。とはいえ、長らく学会参加もせず、いわば幽霊会員として過ごしてきました。

運動疫学研究は学校保健研究の一部としていくつか実施してきました。一つは児童生徒の身体活動質問項目の開発研究です。これは WHO の HBSC 質問項目の元になる PACE+ に着目し、後に田中千晶先生（東京家政学院大学）との共同研究で加速度計を用いた妥

第 28 回学術総会大会長／名桜大学大学院 高倉 実

当性検証を行い、日本語版 HBSC 質問項目の開発に至りました。このご縁で幼児の 24 時間行動に関する国際研究 SUNRISE にも参画しています。もう一つは児童生徒の身体活動と学力向上に関する短期コホート研究です。中学生を 3 年間追跡し、男子の学力に有酸素性能力が正の影響を与え、身体活動と学力の関連を媒介することを明らかにしました。この研究は喜屋武享先生（琉球大学、第 28 回大会実行委員長）の学位研究にもなりました。最近、喜屋武先生とともにコロナ禍前後における身体活動の社会経済格差の変化を観察したり、神谷義人先生（名桜大学、第 28 回大会実行委員）と共同で沖縄の walkability に基づく acceptable walking time の活用を検討したりしています。

これまで沖縄で運動疫学に携わってきたのは私一人でしたが、近年は上記の二人をはじめ、後継となる研究者が現れて心強く思います。第 28 回学術総会の企画運営も彼らが中心になって進めていますので、どうぞご期待ください。

## プロジェクト研究へのご協力の御礼と成果報告

プロジェクト研究成果報告班 本田 貴紀、金居 督之

この度は日本運動疫学会プロジェクト研究「厚生労働省ガイドラインに基づく身体活動・運動・座位行動・体力と健康に関する研究課題の同定：ガイドライン策定研究班と日本運動疫学会員を対象とした検討（研究代表者：神戸大学・原田和弘先生）」にご協力いただき、誠にありがとうございました。本研究は、厚生労働省が2024年に公表した「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」および「アクティブガイドー健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023ー（アクティブガイド2023）」に基づき、我が国で今後どのような研究が重要と認識されているのかを整理することを目的として実施しました。

本プロジェクトでは、デルファイ法による匿名・オンライン調査を行いました。まず研究Ⅰでは、厚生労働科学研究班員を対象に2回の調査を行い、身体活動・運動・座位行動・体力と健康に関する日本での研究課題を網羅的に抽出しました。その結果、51件の研究課題を同定しました。

続いて研究Ⅱでは、日本運動疫学会会員の皆様に対して、これら51件の課題の重要度を2回にわたって回答いただきました。その結果、上位10件の研究課題は1回目・2回目調査で共通でした。重要度が最上位に挙げられた研究課題は、身体活動の普及と実装研究であり、次いで、身体活動・座位行動支援に関する研究、子どもや高齢者の健康アウトカム、健康への影響の多様性や量反応関係の検討、質の高い介入研究・縦断研究、実践現場での取り組みの可視化に関する課題が挙げられました。研究Ⅱに関する調査結果の概要は、特設サイト（<https://sites.google.com/view/jaee2025survey/>）に公開しております。

現在（2025年11月14日時点）、本成果は論文投稿中ですが、公表後は本プロジェクトの成果を積極的に発信し、運動疫学会員の皆様と広く共有できるよう努めます。本プロジェクトの成果が、皆様の教育・研究・社会活動のご参考になりましたら幸いに存じます。

## 医薬基盤・健康・栄養研究所の紹介

第27回学術総会事務局長／医薬基盤・健康・栄養研究所 中潟 崇



国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所（National Institutes of Biomedical Innovation, Health and Nutrition, NIBN）は、1920（大正9）年に世界初の国立栄養研究所として設立されて以来、100年を超えて日本の栄養・健康政策を支えてきた研究機関です。戦後の国民栄養調査や、現在の「日本人の食事摂取基準」につながる栄養所要量の策定にエビデンスを提供し、1989年には国立健康・栄養研究所へ改称しました。長く東京都新宿区戸山に所在していましたが、2015（平成27）年には医薬基盤研究所（大阪府茨木市）と統合し、医薬と栄養の専門性をあわせ持つ現在の体制となりました。

2023年3月には、新宿から大阪府吹田市・摂津市にまたがる「北大阪健康医療都市（健都）」に移転し、国立循環器病研究センターをはじめとする医療・研究機関や

企業、自治体と近い距離で連携しながら、研究成果を社会に生かす取り組みを一層進めています。

この中で、身体活動研究センターは「身体活動ガイドライン研究室」「運動疫学研究室」「ウェルビーイング研究室」の3つの研究室で構成されています。主な活動の柱は二つあります。① 国民の身体活動を増やし、運動習慣を広げることを目指して、身体活動ガイドラインなどの知見をわかりやすく発信すること、② 加速度計やウェアラブルデバイスなどを用いた身体活動量の評価法を開発し、その妥当性を検証すること、の二点です。これらを通じて、研究や実務の現場で使いやすい指標づくりを進めています。さらに、大阪府摂津市が進める「健康・医療のまちづくり」と連動し、18歳以上の市民を対象とした「大阪府摂津市民の健康・栄養とウェルビーイングに関する縦断調査（摂津スタディ）」などの地域と連携した研究にも取り組み、生活習慣病予防と健康寿命の延伸に貢献することを目指しています。

日本運動疫学会の最新情報は公式ホームページを確認してください。公式HP：<http://jaee.jp>

・会員の投稿論文を募集しています。

・会員の運動疫学研究を支援しています（セミナー、勉強会、プロジェクト研究）。

・新規会員を随時募集しています。



発行：日本運動疫学会

編集：日本運動疫学会 広報委員会

日本運動疫学会事務局

〒359-1192 埼玉県所沢市三ヶ島2-579-15

早稲田大学スポーツ科学学術院内

E-mail：[jaee.info@gmail.com](mailto:jaee.info@gmail.com)