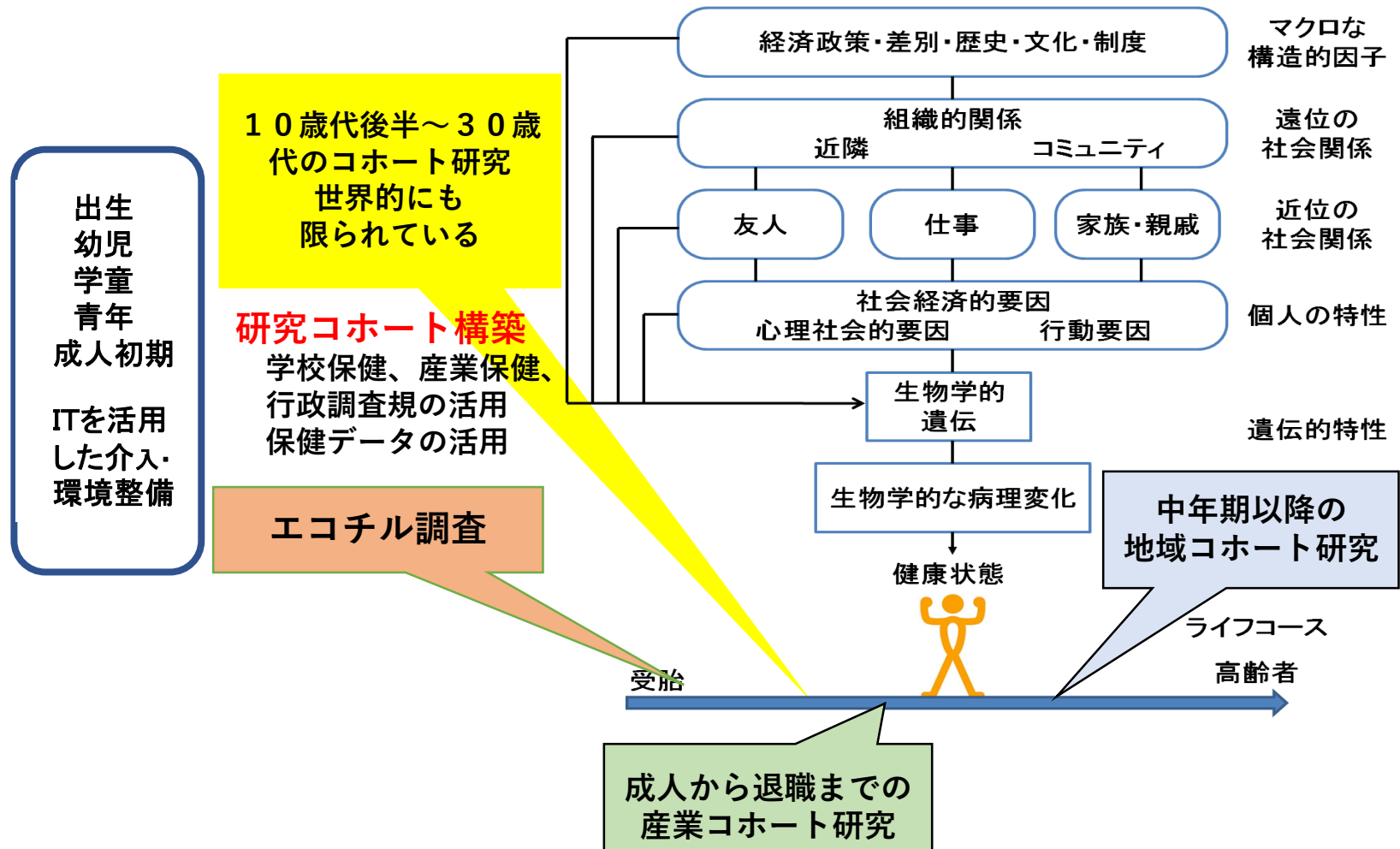


2021年12月15日

第4回健康と環境に関する疫学調査検討会

日本公衆衛生学会 理事長
磯 博康

健康と環境に関するライフコース研究



日本学術会議からの提言2017年

働く世代の生活習慣病予防

—健診・保健指導の今後の展開と若年期からの対策の重要性—

臨床医学委員会・健康・生活科学委員会合同生活習慣病対策分科会

委員長 磯 博康 副委員長 那須民江

小児期、青年期からの生活習慣病予防対策

生活習慣病のより根源的な予防対策は、母親の生活習慣や出生直後からの生育環境への介入を含めて検討する必要がある、特に栄養・食生活の対策については、管理栄養士の関与、医師や保健師との連携、学校教育における養護教諭、栄養教諭の役割の強化が重要である。生活習慣のなかで休養・睡眠・生活リズムについては学校教育でも十分とはいえず、教育指導でも強化すべきである。(中略)

次に、食育基本法・食育推進基本計画の達成のため、小・中・高等学校における家庭科や保健体育で実施される食生活を中心とした健康教育は重要な役割を担っているが、**その後の20歳代、30歳代での教育機会は非常に少ない**。喫煙、飲酒、身体活動(運動と生活活動)不足、過食、食塩過剰摂取、夜更かし、睡眠不足といった好ましくない生活習慣はこの時期に定着すると考えられ、**40歳以降の特定健診・特定保健指導の段階になって、既に糖尿病あるいは糖尿病の前状態になる者が今後増える可能性が指摘されている**。そのため、より早期から、そして大学、就職直後における対策を強化する必要がある。

日本学術会議からの提言 2020年

生活習慣病予防のための良好な成育環境・生活習慣の確保に係る基盤づくりと教育の重要性

臨床医学委員会・健康・生活科学委員会合同生活習慣病対策分科会

委員長 八谷 寛 副委員長 磯 博康

ライフコース疫学研究の継続的实施の必要性

（中略）胎内低栄養が将来の生活習慣病易発症性に繋がるのか直接のエビデンスは少なく、低出生体重に代わる胎内低栄養の指標もない。妊娠中の栄養摂取やそれ以外の環境曝露因子と児の胎内発育、あるいは母乳栄養など出生後早期の栄養とその後の生活習慣病の関連についてのさらなる検討も必要と考えられる。

環境省が平成22(2010)年度から開始した「子どもの健康と環境に関する全国調査(エコチル調査)」は、環境要因、特に化学物質の曝露や生活環境が子どもの健康に与える影響を明らかにする胎児期から出生後13歳に達するまでの総合科学技術会議が最優先課題として評価した国家的プロジェクトとしてのコホート研究であり、全国で10万人の子どもを対象としている。本研究は標準化されたプロトコルで母親の生活環境や生体指標、社会経済的状況等が調査された質の高い追跡研究で、この既に確立された日本全国規模の研究基盤を活かして児が13歳に達した後も加齢や生活習慣病発症に関連した調査を継続することの意義は極めて大きい。

米国の研究事例

The Coronary Artery Risk Development in Young Adults (CARDIA) Study

循環器疾患の前段階と発症に至る要因と危険因子に関するコホート研究

18-30歳の黒人と白人 米国の4地域で、人種、性別、教育歴(高卒未満と以上)、年齢層(18-24と25-30歳)でほぼ同数を抽出、1985-6年より現在も追跡中。
これまでに840を超える原著論文を公表

- ・若い成人においても、循環器疾患の危険因子を有すると、その後の動脈硬化の進展度や循環器疾患の発症リスクが2～3倍となる。
- ・たとえ過体重があっても**体重増加がなければ**、中年になってメタボや循環器疾患の発症リスクは、体重増加者に比べて低い。**(体重維持の重要性)**
- ・週に2回以上の**ファーストフードの摂取**はそれ未満に比べて、体重が5kg大きく増加し、インスリン抵抗性も倍増する。**(ファーストフードの負の健康影響)**
-
- ・黒人の間で、**黒人住居地での居住**は血圧高値と関連し、そこからへの転出は、血圧の低下と関連する。**(生活環境の重要性)**

日本公衆衛生学会での議論 ①

2017・10－2019・10

健康格差・ライフコース健康問題対策委員会 山縣 然太郎

2019・10－2021・10

ライフコース・ビックデータ検討委員会

山縣 然太郎、
田宮奈々子

2021・10－2023・10

ライフコース・ビックデータ検討委員会

田宮奈々子

学校保健のあり方委員会

山縣 然太郎、
甲田 勝康

日本公衆衛生学会での議論 ②

13歳から30歳・40歳のブランクの間に何が起こるか？

- ・中学生 — 第2次性徴(女子ではその前から)
- ・高校生 — 青年期、心身の成熟、受験
- ・大学生 — 親元から離れる、生活の乱れ
- ・就職 — 本格的な生産活動、新たな環境と人間関係
ワークライフ・バランス、生活の乱れ
結婚、出産、育児



出生前～13歳の間の発達、健康状態が、上記の環境変化、社会心理経済的要因で大きく修飾される可能性がある。

働き盛りの30歳、40歳以降、人生100年の健康を最大限に引き上げるために、このブランクの時期の研究が重要