

---

---

## 【巻頭言】

熊谷 秋三<sup>1)</sup>

九州大学健康科学センター<sup>1)</sup>

大学院人間環境学研究院・行動システム専攻・健康行動学講座<sup>1)</sup>

---

本研究会も、今年で4年目を迎えております。疫学セミナーと学術集会は過去3回（横浜市、福岡市、富山市）行われまして、本巻（第3巻）は平成12年度の機関誌となります。昨年は、第3回の学術集会（後援；日本疫学会、日本健康支援学会）を富山医科薬科大学の成瀬先生に開催していただきました。関係者の方々に、心よりお礼申し上げます。また、昨年2月11日には東京都老人総合研究所の新開先生のご努力で「高齢者の運動疫学カンファレンス—Dr. Shephard を囲んで—」（後援；運動疫学研究会、日本疫学会）を開催出来ました。このカンファレンスの成果は、*Research in Exercise Epidemiology* (REE) の *Suppliment* として昨年すでに刊行され、皆様のお手元に配付されております。

第2巻には、運動疫学の世界的な研究者である Stanford 大学の Dr. Paffenberger からの運動疫学研究会への期待を込めたお言葉いただきました。博士は、その中で疾病予防および改善への身体活動の恩恵を指摘され、至適健康 (optimal health) にとって、いかなる種類の運動をどの程度の時間、どの程度の強度で行えばよいか、今後の重要課題であると述べておられます。そして、疫学的な研究手法を用いて日本の取り分け若い研究者の皆さんが、この課題解決のために取り組むことへの期待感を表明されています。Dr. Paffenberger との交友があり、博士へのコンタクトをさせていただいた下光会長に心より感謝申し上げます。

これまでの運動疫学に関する数多くの疫学研究の証拠から判断して、身体活動（運動）の生活習慣病の一次予防効果は大いに期待できるものの、現時点では身体活動の介入効果に関しては、標本の採取と割付けにあたって無作為化が困難なために、身体運動による疾病抑制に関する直接的効果の証明とその結果の一般化ができるような質の高い研究は少ないようです。なかでも、人を対象とする介入研究では多くのバイアスの混入が考えられることから、それらのバイアスを調節できる最も効果的な方法である無作為割付けは重要と考えられます。具体的には、対象を介入群と非介入群に無作為に割り当てれば良いわけです。この方法であれば、標本数が多ければ、暴露要因（運動実施）以外は両群共に同じ状態と考えられるために、暴露要因の直接的効果が検討できることとなります。今後は、危険因子の改善効果に関しても無作為化対照比較研究 (RCT ; *Randomized control trail*) が切望されてくるでしょう。

さらに、運動をしていない者に運動を継続させるための有効なプログラムが開発されていないので、このテーマは体育、スポーツ科学の課題のみならず多くの分野にリンクした大きなテーマとも考えられます。つまり、これからの運動疫学の課題としては、継続可能な運動プログラムを作成し、それによって疾病の予防や健康状態が改善できることを無作為化対照比較研究で証明することが要求されます。運動行動の一次、二次予防効果が疫学的手法を用いて明らかにされていく中で、今後は運動による健康政策の提言が運動疫学研究会に期待されてくることでしょう。疫学研究は、単独研究ではその遂行が難しい側面を有しています。運動疫学研究会が研究企画を行い、グラントを取得して、全国レベルでの疫学研究を会員相互で共同して実施していく方向性も模索されている様です。そのためには、本研究会の学術面でのレベルアップは必須な条件となるでしょう。運動疫学研究会は、このような課題に答える大きな使命を担っています。会員各位の研究の質の向上と共同研究の進展を期待申し上げまして巻頭言とさせていただきます。