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 28 年 6 月 9 日発行　No. 6

第 17 回運動疫学セミナー開催のお知らせ

運動疫学セミナー委員長／埼玉県立大学　北畠 義典

第 17 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：2016 年 8 月 19 日 (金)13:00 ～ 21 日 (日)16:00 まで（2 泊 3 日）

会　場：ホテルマークワンつくば研究学園《つくばエクスプレス　研究学園駅　北口より徒歩 2 分》(http://www.mark-1.jp/tsukuba/index.html　〒 305 － 0817　茨城県つくば市研究学園 5 丁目 13 番地 5) および筑波大学

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）の明記が必要です。

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：学生会員であっても専任有職者には学生料金が適応されません

※受講料には宿泊費と食費（1 日目夕食～ 3 日目昼食）が含まれます。

※宿泊はホテルマークワンつくば研究学園（シングルルーム）となります。

※個人でのホテル予約の必要はありません。

申込み方法：申込みフォーム（https://goo.gl/oYNogW）より、必要事項を入力して、送信してください。その後、受講料納入および会員資格の確認をさせていただき、参加確定となります。

申込締切日：2016 年 7 月 15 日（金）17:00

詳　細：セミナーのウェブサイト（http://jaee.umin.jp/seminar_17.html）をご覧ください。

問い合わせ先：運動疫学セミナー事務局（jaee.seminar@gmail.com）

1．コース選択：以下の 3 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。（※初めて参加される方は原則ベーシックコース）

○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。講義は自由に選択可能。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。（※原則アドバンスコースまでを終了した方）

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

⑴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 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。実施する予定、あるいは現在進行中の研究の現状を発表後、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。発表希望者で、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、承諾を得た上でご参加ください。

⑵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）の方の中で、これから実施する予定、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を設けます。参加希望者で、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、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
2016年8月19(金) 会場：ホテルマークワン	13:00－13：30	開　校　式	
	13：40－14：40	共通講義①：運動疫学概論（井上 茂）	
	14：50－15：50	共通講義②：論文の書き方（中村好一）	
	16：00－17：00	共通講義③：臨床試験の進め方（五所正彦）	
	18：30-	夕　食　（　ナ　イ　ト　セ　ミ　ナ　ー　）	
2016年8月20 （土） 会場：筑波大学総合研究棟D	7：30－ 9：00	朝　食	
	9：00－10：00	観察研究の基本（川上諒子）	アドバンス研究デザイン（笹井浩行）
	10：10－11：10	介入研究の基本（中田由夫）	アドバンス統計（丸尾和司）
	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④　身体活動評価法（笹井）	
	14：10－15：10	研究計画作成のための統計学（山北満哉）	運動疫学研究実習
	15：20－16：20	研究計画を書くための作文方法（門間陽樹）	
	16：30－17：00	演習ガイダンス	演習ガイダンス
	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）	
2016年8月21 （日） 会場：ホテルマークワン	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	

CONTENTS

1．第 17 回運動疫学セミナー開催のお知らせ … 1
2．第 19 回日本運動疫学会学術総会のご案内 … 2
3．第 2 回運動疫学の集いのご案内 … 3
4．【関連学会参加報告】第 89 回日本産業衛生学会 … 3
5．私と運動疫学 …… 4
6．【最近の注目論文】身体活動と高齢者の認知機能に関する 2 つのランダム化比較試験 … 4

第 19 回　日本運動疫学会学術総会のご案内

第 19 回学術総会長／東京医科大学　　井上 茂

6 月 18 日 - 19 日に早稲田大学東伏見キャンパスを会場に第 19 回日本運動疫学会学術総会を開催させていただくこととなりました。会場の手配は早稲田大学の岡浩一朗先生、石井香織先生にご尽力いただいています。この場を借りて感謝申し上げます。

さて、今回の学術総会では、テーマを「Community, Physical Activity, and Health」とさせていただきました。このテーマの意図するところは、学会当日にも述べさせていただきたいと考えていますが、「地域社会の在り方」が身体活動に影響し、それが地域住民の健康を決定する、という社会疫学的な考え方に基づいています。身体活動と健康の問題だけではなく、地域社会の在り方も視野に入れて、地域住民全体の健康増進を図る方法を皆様と一緒に考える学会にできたらと考えています。

学会の概要は以下の通りです。たくさんの魅力的な演者からご講演のご承諾が頂けました。多くの皆様の参加をお待ちしております。

≪学術総会開催概要≫

【日時】 2016 年 6 月 18 日（土）13:00 ～ 17:45、19 日（日）9:00 ～ 16:30

【会場】 早稲田大学 東伏見キャンパス（住所：〒 202-0021　東京都西東京市東伏見 3-4-1）

【テーマ】 Community, Physical Activity, and Health

【プログラム】

〈特別プログラム〉

基調講演（インターネット講演）

6 月 19 日（日）9:00 ～ 10:00

座　長：井上茂
（東京医科大学公衆衛生学分野）

演　者：James F. Sallis
（University of California, San Diego）

タイトル：Designing activity-friendly cities: International evidence from IPEN

特別講演 1

6 月 18 日（土）16:45 ～ 17:45

座　長：中田由夫
（筑波大学医学医療系）

演　者：近藤尚己
（東京大学大学院医学系研究科）

タイトル：運動嫌いを「動かす」には
－社会疫学からの提案－

特別講演 2

6 月 19 日（日）13:20 ～ 14:20

座　長：岡浩一朗
（早稲田大学スポーツ科学学術院）

演者：石川善樹
（㈱キャンサースキャン）

タイトル：ネットワーク科学からみた身体活動の促進

シンポジウム 1「高齢者における健康課題と身体活動・運動の疫学」

6 月 18 日（土）13:15 ～ 14:45

座　長：安藤大輔（山梨大学大学院総合研究部）、岡田真平（身体教育医学研究所）

演　題：認知機能と身体活動・運動の疫学
原田和弘（神戸大学大学院）

サルコペニア・フレイルと身体活動・運動の疫学
山田 実（筑波大学人間系）

関節痛（腰・膝）と身体活動・運動の疫学
小野 玲（神戸大学大学院）

骨粗鬆症と身体活動・運動の疫学
立木隆広（近畿大学医学部公衆衛生学）

シンポジウム 2「地域介入研究の計画と実施」

6 月 19 日（日）
14:30 ～ 16:00

テーマ：地域介入研究の計画と実施

座　長：種田行男（中京大学工学部）、小熊祐子（慶應義塾大学スポーツ医学研究センター）

演　題：クラスターランダム化試験の計画と解析
田栗正隆（横浜市立大学医学部臨床統計学）

地域介入における RE-AIM(PAIREM) モデルの活用
重松良祐（三重大学教育学部）

地域介入研究の実際―明日から役立つ研究・実践の基礎知識
北湯口純（身体教育医学研究所うんなん）

〈一般演題（口演、ポスター）〉

〈懇親会〉

6 月 18 日（土）18:15 ～ 20:00

〈健康運動指導士・健康運動実践指導者の単位認定〉 本学術総会は健康運動指導士および健康運動実践指導者の登録更新に必要な単位を取得できる講習会に認定されております。

第 2 回　運動疫学の集いのご案内

山梨大学　　安藤 大輔

今年度も日本体力医学会の前日に第 2 回目の「運動疫学の集い」を企画しております。今回の集いのテーマは「疫学的手法の運動・スポーツ分野における応用」とし、シンポジウムを企画しております。本シンポジウムでは、疫学的な手法を用いて様々な視点から運動・スポーツ分野に関わる研究を実施されている先生方にご講演いただく予定でおります。多くの方々のご参加をお待ちしております。

1. テーマ：疫学的手法の運動・スポーツ分野における応用
2. 日　時：2016 年 9 月 22 日（木）15:00 ～ 17:00
3. 場　所：岩手県民情報交流センター（アイーナ）【予定】
4. 交　通：JR・IGR 盛岡駅から徒歩 4 分
5. 参加費：未定（当日、受付にて徴収）
6. プログラム：

14:30 ～ 15:00　受付
15:00 ～ 17:00　シンポジウム
「疫学的手法の運動・スポーツ分野における応用」
座長：安藤大輔（山梨大学）、門間陽樹（東北大学）
1：シンポジウムのコンセプトと運動・スポーツ分野における疫学的手法の応用例～パフォーマンス向上をアウトカムとした疫学研究～
演者：門間陽樹（東北大学）
2：スポーツ傷害をアウトカムとした疫学研究
演者：松下宗洋（早稲田大学）
3：大学体育をフィールドとした疫学研究
演者：木内敦詞（筑波大学）
4：学力をアウトカムとした疫学研究
演者：笹山健作（岡山理科大学）・足立稔（岡山大学）
5：国民におけるスポーツイベントに着目した疫学研究
演者：澤田亨（国立研究開発法人　医薬基盤・健康・栄養研究所）
18:00 ～ 20:00　懇親会

なお、集いの会場や参加費、懇親会の会場等の未定の部分に関しては確定次第、学会ホームページ（http://jaee.umin.jp/index.html）上でご案内いたします。

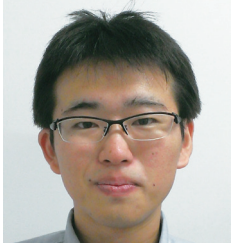
【関連学会参加報告】第 89 回日本産業衛生学会

東京大学大学院　　渡辺 和広

2016 年 5 月 24 日～ 27 日まで、福島にて開催された第 89 回日本産業衛生学会「テーマ：次世代につなぐ産業衛生学の研究と実践」に参加いたしました。メインシンポジウムのほか、17 のシンポジウム、17 の教育講演、400 を超える一般演題があり、多くの参加者で賑わっていました。

このうち、身体活動に関わるセッションとして、職域身体活動研究会による自由集会が開催されました。私はこちらで、「労働者の身体活動を促進する職場環境」という演題で発表をさせていただきました。労働者の身体活動を促進し、心身の健康を保持・増進するために、労働者個人への心理教育や保健指導に加えて、事業所の設備や方針といった職場環境からサポートをしていくことも有効である可能性があります。集会では私のレビューや調査結果の発表をさせていただきましたが、集会の最後の枠で夜も遅い時間帯にも関わらず、たくさんの方から質問やコメントを頂戴して、大変有意義な時間となりました。

また、合わせて私が発表しました「一般演題：健康づくり・健康支援」では、私の他にも労働者の身体活動に焦点を当てて研究を発表された先生が集まっていらっしゃいました。具体的には、労働者の座位・歩行時間を測定する尺度の開発、部署単位で行う昼休み時の運動（アクティブレスト）等、労働者の現場に直結した研究が発表されており、私自身も大変興味深く拝聴いたしました。この学会には、産業保健に関わる様々な立場の方が参加され、その関心テーマも多岐に渡りますが、職域における身体活動が、産業保健医おける重要なテーマとして取り上げられていることが分かりました。今後も、私自身継続して研究を続けるとともに、「産業保健に貢献できる身体活動の研究と実践」について、知見を深めていきたいと感じることができました。



職域身体活動研究会の自由集会の様子

「私と運動疫学」

国立研究開発法人　医薬基盤・健康・栄養研究所　澤田 亨

当時、東京ガス株式会社の嘱託社員として社員の運動指導を担当していた私に大学時代の恩師である田中宏暁先生（福岡大学）から、「Dr. Blair と同じような研究をやってみないか」と連絡がありました。それがどのような研究か分かりませんでしたが、田中先生が指導してくださるということでしたので、会社の了解を得て、やってみることにしました。これが私の運動疫学との出会いです。その後、この研究には「TGS-01」という番号が付くことになります。（TGS シリーズについては「運動疫学研究」の 13 巻 2 号で概要を紹介していますので、よろしければご覧ください）ここでは「TGS-02」を飛ばして「TGS-03」の思い出を紹介させていただきます。

2000 年 Dr.Blair 宅の庭にて
左から筆者、Dr.Blair(Steve)、
Dr.Blair（Jane）

2000 年 3 月 11 日、私は 1 泊 3 日のアメリカ 1 人旅に出かけました。行き先はクーパー研究所があるダラス郊外です。荷物はカバンひとつ、中にはパソコンが入っています。クーパー研究所では所長である（あの）Dr. Blair が待ってくれています。すでに「TGS-02」は論文になっていましたが、研究デザインや解析手法について確信が持てない状況でした。そこで Dr. Blair に直接指導を受けようと考えたのです。英語が不自由な私はメールや電話で指導を受けることができないため、パソコンを一緒に見ながら指導してもらおうと考えたのです。そんな私を、Dr. Blair は自宅に泊めてくださり、日曜日の朝からお昼まで半日かけて丁寧に指導してくれました。この時の「大冒険」が私に大きな自信を与えてくれたと思います。

その時の研究が TGS-03 です。現在では TGS-36 まで枝番がつき、すでにアクセプトされている論文数は 15 本、そして、アクセプトされた論文のほとんどは「Dr. Blair と一緒に行った研究」です。もちろん、あの日の深夜、時差のため起き出した私が暗闇の中、Dr. Blair 宅の冷蔵庫を荒らしたことは今も秘密です（ばれてるかも・・・）。

【最近の注目論文】身体活動と高齢者の認知機能に関する 2 つのランダム化比較試験

神戸大学大学院　原田 和弘

● Ngandu et al. A 2 year multidomain intervention of diet, exercise, cognitive training, and vascular risk monitoring versus control to prevent cognitive decline in at-risk elderly people (FINGER): a randomised controlled trial. Lancet. 2015; 385(9984): 2255-63.

● Sink et al. Effect of a 24-month physical activity intervention vs health education on cognitive outcomes in sedentary older adults: the LIFE randomized trial. JAMA. 2015; 314(8): 781-90.

【Ngandu et al. の概要】

2 年間の多面的介入（FINGER Study）が、認知症のリスクが高い高齢者の認知機能に及ぼす影響を検証した。60 ～ 77 歳の地域在住者のうち、認知症のリスクが高いと判定された者を、介入群と対照群に無作為に割り付けた。介入群には栄養改善、身体活動（筋力トレーニング、有酸素運動、バランス運動）、認知訓練、血圧等の管理からなる多面的介入が、対照群には通常の健康支援が提供された。介入群 591 名、対照群 599 名を分析した結果、介入群の方が、14 種の認知機能検査の総合スコアが有意に向上した。多面的介入は、リスクの高い高齢者の認知機能の向上させることが示唆された。

【Sink et al. の概要】

2 年間の身体活動介入（LIFE Study）が、身体機能の低下した高齢者の認知機能に及ぼす影響を検証した。70 ～ 89 歳の地域在住者のうち、移動障害のリスクは高いが 400m 歩行は可能で、座位中心の者を、介入群と対照群に無作為に割り付けた。介入群には中強度の身体活動介入（歩行、筋力トレーニング、柔軟運動）が、対照群には健康教育が提供された。介入群 735 名、対照群 741 名を分析した結果、DSC 検査と HVLT-R 検査に、有意な介入効果が示されなかった。中強度の身体活動は、座位中心の高齢者の認知機能を向上させないことが示唆された。

【コメント】

2015 年に主要医学誌から刊行された 2 つの論文で、対照的な結論が得られています。諸々の条件が全く違いますが、あえて強引に両論文のメッセージをまとめると、高齢者の認知機能には、身体活動だけではなく、他の様々な活動を同時に行うことが重要かもしれません。今後の研究の進展が期待されます。

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
〒 160-8402 東京都新宿区新宿 6-1-1
東京医科大学公衆衛生学分野
E-mail:jaee.info@gmail.com