

ポプラの綿毛

みなさん、こんにちは！いつも研究にご協力いただき、ありがとうございます。
今回は、最近の研究成果についてご紹介します。

健康思春期対面調査：集計結果の中間報告

■どんな調査？

日本人の初潮年齢は、100年前は14歳でしたが、現在は12歳と思春期発来は早期化しています。また、思春期の肥満の割合は、ここ50年で男児0.7%から5.6%、女児0.9%から7.8%と増加しています。こうした変化の原因を明らかにし、思春期発来時期や肥満などの健康問題の改善を目指して調査を進めています。11月6日調査時点で、14-18歳の265名の方に当センターへ来ていただき、質問票、医師診察、採血などに参加して頂きました。



■集計結果からわかったこと

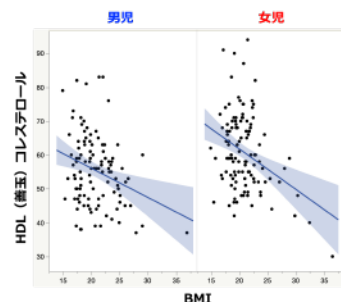
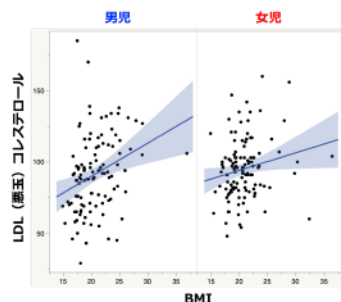
思春期対面調査の様子です

体重はコレステロールと相関する



男女とも、BMI (Body mass index) が上がると、LDL (悪玉) コレステロールが増加し、HDL (善玉) コレステロールが減少してしまうという関連がみられました。子どもでも体重が増えすぎると脂質代謝異常のリスクがあります。自分の体重をBMIに基づく適正体重に管理することが大切です。体重管理の基本は食事と運動ですが『無料アプリ』をうまく活用している子どもたちもいます。最近はとてもやる気のでるアプリも多いので、ぜひ試してみてください。

* BMI=[体重(kg)]÷[身長(m)×身長(m)].
適正体重：BMI 18.5~24.9



筋肉をつければ代謝がよくなる？



さらに、筋肉量とコレステロールの関連を調べたところ (BMIで調整) 「筋肉量が1kg増えると、男児でLDL (悪玉) が0.89mg/dL低下する、HDL (善玉) は0.36mg/dL上昇する、女児ではHDL (善玉) が1.10mg/dL上昇する」という結果でした。体重管理だけでなく、腹筋や早歩きなど、特に体幹の筋肉量を増やして基礎代謝を上げることはとても意義があります。

■今後の予定

思春期発来や肥満、脂質代謝などの健康問題には、現代では当たり前に使われるようになった食器や日用品などに含まれる化学物質の影響があるのではないかと考え、解析を進めています。解析後は学会や論文で発表する予定です。(文責：山口 健史)

	男児	女児
年齢 (歳)	15.6	15.4
身長 (cm)	169.2	158.6
体重 (kg)	59.0	52.2
BMI	20.6	20.8
体脂肪率 (%)	15.6	27.5
筋肉量 (kg)	46.2	35.2
腹囲 (cm)	74.4	71.9
収縮期血圧 (mmHg)	123.6	113.0

	男児	女児
白血球 (/μL)	6118.6	6695.2
ヘモグロビン (g/dL)	15.2	13.1
血小板 (×10 ⁴ /μL)	25.6	27.7
LDLコレステロール (mg/dL)	91.5	95.1
HDLコレステロール (mg/dL)	55.5	60.8
HbA1c (%)	5.46	5.51
IgE (IU/mL)	305.8	518.7

✕ Poplar News

マレーシア保健省
研究者の方々が
いらっしゃいました

マレーシアの
環境と健康についても
教えていただきました



2022年9月5日～16日、マレーシア保健省から4名の研究者の方々が、出生コホート研究の立ち上げに向けて、当センターにいらっしゃいました！

マレーシアの研究者の方々は、当センターで北海道スタディの紹介を受け、北海道スタディの研究者からの説明、対面調査の見学などを通して、調査の実施体制や研究の進め方などを学ばれました。また、将来のバイオバンク設立に向けた研究の準備のために、北海道大学人獣共通感染症国際共同研究所や東北大学東北メディカルメガバンクにも訪問し、たくさんの知識を吸収して帰国されました。

マレーシアの未来の子どもの健康のために、北海道スタディの取り組みを役立てていただけることを大変嬉しく思います。それは、研究参加者の皆さまの日頃のご協力のおかげに他なりません。いつも快くご協力くださり、ありがとうございます。



新しい教員・研究員をご紹介します

岩田 啓芳 [特任講師]



これまで医師として臨床と研究に取り組んできました。お子様と皆様の健康に役立てるよう頑張ります。皆様と直接お会いできる日を楽しみにしております。これからよろしくお祈りします。

山本 理恵子 [特任助教]



10月より着任しました山本と申します。これまで理学療法士として地域のリハビリテーション医療に従事してきました。本職を通じて皆さまの生涯の健康増進に貢献できるよう尽力して参りたいと思います。

東條 真希 [学術研究員]



これまで教育現場で発達検査と支援、病院で発達やトラウマの問題を持つ方々のカウンセリング等に従事してきました。貴重なデータが活かされるよう誠実に研究に取り組めます。

山口特任講師が医学研究奨励賞を受賞しました

当センターの山口特任講師が、2022年度日本医師会医学研究奨励賞を受賞しました。受賞講演の演題は「思春期における肥満形成基盤の解明とコロナ禍による生活習慣変容の影響の検討」です。



フィンランドのオウル大学を訪問しました

北海道スタディ研究員の池田、アイツバマイ、田村が2022年8月にオウル大学のJouni Jaakkola先生方を訪問しました。北海道スタディのデータを使って、協力しながら寒冷地の気候と妊娠出産との関連を研究します。



「回答時期から結構たっちゃったけど…」という場合も、ぜひご返送いただきますようよろしくお願いいたします。

お手元に残っている調査票はありませんか？ ▶▶

お問い合わせ先 ☎ 011-706-4749
(紛失等の場合) ✉ kodomo@cehs.hokudai.ac.jp



いつも研究にご協力いただき、誠にありがとうございます。
北海道スタディ：<https://www.cehs.hokudai.ac.jp/hokkaidostudy/>
環境科学研究教育センター：<https://www.cehs.hokudai.ac.jp/>

