

終わりからの始まり：再び感謝をこめて

「光陰、矢の如し」、ニュースレター第11号（令和3年3月号）で、神戸トライアルの追跡検査の終了を連絡させていただいてから既に3年の月日が流れました。当時はコロナ禍の真っただ中でしたが、その後も戦争や地震などなかなか世相が落ち着きませんが、皆さまはいかがお過ごしでしょうか。今回は、神戸トライアルの検査の終了のお知らせでしたが、この3月で神戸医療産業都市推進機構に保管されている皆さまの個人情報（個人を特定できる住所や氏名）の保管期限が来しました。個人情報については当初のお約束通り消去されることとなります。なお個人情報が含まれないデータの解析は今後も慶應義塾大学などの共同研究機関で進めて行く予定です。

改めて神戸トライアルの研究代表者として参加者の皆さまに長年にわたる研究への参加に御礼申し上げたいと思います。この研究は、神戸市民の方を対象として、将来どのような人が高血圧や糖尿病、腎機能障害を発症したり、生活の質が低下したりするのかを明らかにして、未病者の不健康状態の予防に役立てることを目的としていました。そのためあえて健康な方を長期間追跡するという方針で継続してきました。大きな病気をしたことがなく、高血圧などの治療中でないことなどややこしい参加条件があったにもかかわらず、千人を超える市民の皆さまにご参加いただきとても心強かったです。

なお神戸トライアルからは既に多くの研究成果が出ていますが、真の研究成果は追跡調査終了後に10年以上の推移を詳しく解析することで出てきます。今後は慶應義塾大学のホームページなどでも研究成果の公表を行ってまいります。また参加者の約6割の方は、2022年度から開始した「神戸トライアル参加者の追跡研究（通称：神戸トライアルNEXT）」に参加していただいております。神戸トライアルとは別に慶應義塾大学に連絡先等の情報をいただいております。これらの方々には引き続き研究調査のご案内などを大学から送らせていただく場合があります。

長いようで短い期間でしたが、少しでも皆さまの健康の向上のお役に立つことができたのであればこれに勝る喜びはありません。調査参加者の皆さまに御礼とご多幸を申し上げます。今後の研究成果の公表にも是非ご期待ください。



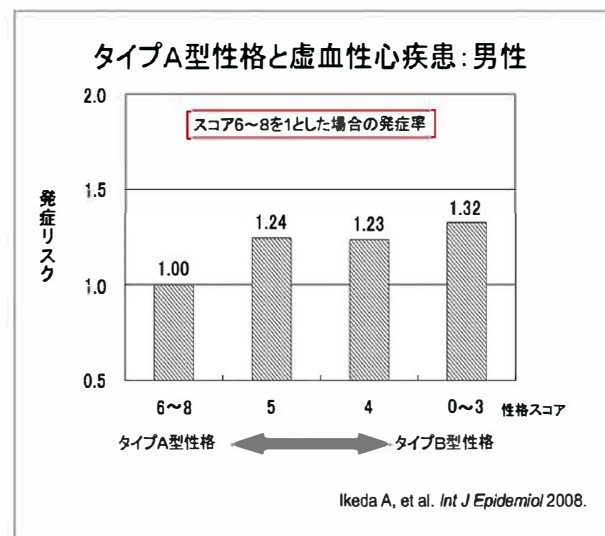
公財）神戸医療産業都市推進機構 客員部長
慶應義塾大学医学部衛生学公衆衛生学教授

岡村 智教

健康コラム

欧米では心臓病になりやすい性格として「タイプA型性格」が言われてきました。タイプA型性格とは、一言で言うと「時間に追われている」、「競争心が強い」、「攻撃的」などで表現される外交的かつ積極的な性格です。血液型占いのA型ではありません。これとは逆に内向的で内にこもる性格を総称して「タイプB型性格」と呼びます。日本人では性格と心臓病の関連を見た研究はあまりないのですが、国立がん研究センターから興味深い研究が報告されています。約9万人を10年以上追跡し、性格タイプがA的かB的かと心筋梗塞などの虚血性心疾患との関連が検討されました。図に結果を示します。性格特性は問診によるスコアで判定されており、右に行くほど「タイプB型性格」が強く、左に行くほど「タイプA型性格」が強いとされています。

すると欧米とは逆に、むしろ「タイプB型性格」が強いほど虚血性心疾患の発症率が高くなっていました(男性)。日本人の場合、タイプB型性格と判定された人には内面のストレスをうまく発散できていない人が多く、かえってストレスが高い可能性があります。なお、このような関係は女性では見られず、男性のほうが心の内面の発散がうまくできないのかもしれません。



神戸トライアル 思い出ギャラリー



◀パイロットスタディから始まりました!



◀2011年にスタート!



◀IMDA会場



▲須磨会場

全体説明中▶



2012年の検査風景▶

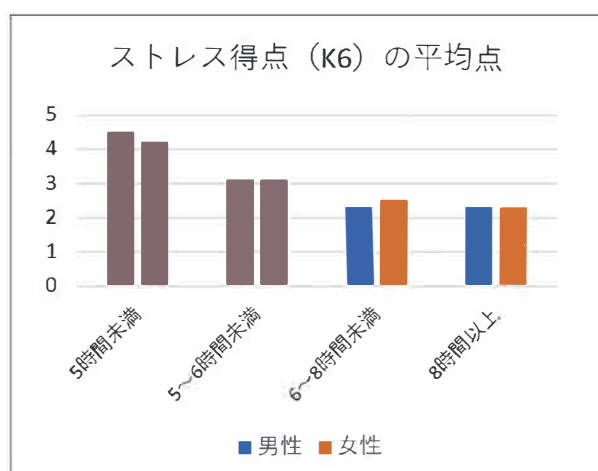


IMDA検査風景▶



睡眠不足は、循環器病などいろいろな健康障害の原因になりますが、一方、長過ぎる睡眠時間も体が弱っているサインであることが多く、7時間くらいの睡眠が最も体にいいとも言われています。そこで神戸トライアルに参加された1069人（男性328名、女性741名）の方のデータを分析して、睡眠時間といろいろな健康指標との関連を調べてみました。以前のニュースレター（令和3年3月号）で腰痛があると心理的ストレスの指標である「K6スコア」が高くなる（得点が高いほどストレスが高い）ことをご報告させていただきましたが、睡眠時間とK6スコアの平均値を見ると図のような関係を認め、やはり睡眠時間が短いとストレスが高めであることがわかりました。

なお男性では、睡眠時間が5時間未満のグループでは、他のグループと比べて血圧や血糖値もやや高めでした。また悪玉コレステロールは、睡眠時間8時間以上のグループで最も低くなっていました。一方、女性ではこのような関連は見られず、むしろ睡眠時間5時間未満のグループで血圧や悪玉コレステロールが低めで、善玉コレステロールは高めでした。女性で睡眠時間が少ない人は、家事や仕事のストレスはあるものの、むしろ活発に体を動かしているような元気な人が多いのではないかと考えています。さらに解析を進めていく予定なので、是非、今後の研究成果をご期待ください。



神戸トライアルの研究業績一覧（今後、随時更新予定です）

<https://www.fbri-kobe.org/kobetrial/>



◀ 須磨会場で
の検査風景



◀ 井吹台会場



◀ 井吹台
骨密度測定



▲ RIC検査風景



▶ 血圧測定中



▶ 井吹台問診風景



▶ RIC会場



個人情報等の処分に関して

皆さまからご提供いただいた貴重な情報・試料のうち「個人情報（個人を識別できる情報）」は、公益財団法人神戸医療産業都市推進機構内にて、研究事業終了から3年間（2024（令和6）年3月31日まで）、厳重に管理・保管されることとなっており、**本年3月31日をもって溶解処分およびデータ消去いたします。ただし、皆さまにて、各調査時に記入いただいた同意書は、調査終了時まで保管させていただきます。**

個人情報をまったく含まない匿名の調査データは、解析と研究成果公表のため2029（令和11）年3月31日まで共同研究機関にて厳重に管理・使用されます。また、個人情報や遺伝子情報を含まない保存試料（血液や尿）についても同様に保管して研究利用します。これらのデータ試料は研究終了後に廃棄される予定です。

※この方針は公益財団法人神戸医療産業都市推進機構の倫理委負会で承認されています。

～神戸トライアル追跡調査について～

2022年度から慶應義塾大学医学部衛生学公衆衛生学教室が事務局となり実施してまいりました神戸トライアルに参加された方の追跡調査（神戸トライアル追跡調査：通称、神戸トライアルNEXT）は、来所形式の追跡調査（検査）としては終了いたします。約650名の皆さまからご協力をいただき、心より感謝申し上げます。

今後、神戸トライアルNEXTにおける研究成果の公表、研究計画・研究組織・研究期間の変更、既存試料・情報の取扱いに変更がある場合は、慶應義塾大学のウェブサイト等で周知します。個人情報や調査データ、試料を使用されたくない場合は、皆さまの自由意思に基づきデータ使用の拒否や同意撤回を行うことができます。その際は、慶應義塾大学医学部衛生学公衆衛生学教室までご連絡ください。

【神戸トライアルNEXTに関する情報提供】



●慶應義塾大学 医学部 衛生学公衆衛生学教室
<https://keiopublichealth.jp/>