

日常的な健康度を指標とした都市コホート研究：神戸トライアル

# News Letter

平成31年3月  
第9号

春が近づいてまいりました。皆さまいかがお過ごしでしょうか。  
平素より神戸医療産業都市推進機構および神戸市が実施しております神戸トライアルにご理解、ご協力いただきありがとうございます。皆様にニュースレター第9号をお送りします。



## お知らせ

- P1. お知らせ 第5回検査を実施中です!
- P2~3. 成果報告  
～塩味を感じにくい人に仮面高血圧が多い～
- P4～ 進行中の調査のご紹介:出生時体重&母子手帳

神戸トライアルでは、平成30年5月から第5回検査を始めました。毎回お願いしている血液検査や身体測定に加え、これまでも行ってきた、尿検査や骨密度検査、血管年齢検査、初回検査以来久しぶりの味覚検査を行っております。新しい検査では、「フレイル」検査の一環として、握力検査・体組成検査(全員)、歩行速度・食事調査(一部の該当される方)などを実施中です。ご参加下さった方、ありがとうございました。まだ申込みされていない方へは、別途ご案内をお送りします。ぜひご参加下さいますようよろしくお願いいたします。

検査のご案内は、2年に1回を目安にお送りしております。検査案内が届きましたら、ぜひお申し込み下さい。ご案内した日程でご都合がつかない方へ、郵送で問診票の記入をお願いする場合もございます。なお、神戸トライアルの初回検査では高血圧や糖尿病で通院されていないことをお伺いしましたが、その後通院されるようになった方も、体調がおちついておられればご参加をお願いしたく、ご案内をお送りしております。

研究チームでは、都市にお住いの方の健康障害を予防する方法を明らかにするため、引き続きがんばってまいります。今後とも、調査へのご協力をよろしくお願いいたします。

## ・・・神戸トライアル お問い合わせ先・・・

神戸医療産業都市推進機構 クラスター推進センター コホート研究チーム  
研究責任者 岡村 智教 (お問い合わせ担当 久保、西田)  
〒650-0047 神戸市中央区港島南町2丁目2番  
公益財団法人神戸医療産業都市推進機構 クラスター推進センター内  
コホート研究チーム

TEL: 078-306-0710 (平日10:00~16:00)

「神戸トライアルで」とお伝えください。

## 神戸トライアル成果レポート

神戸トライアルでは、皆様からいただいたデータを解析し、学会での報告や論文発表などを行いながら、成果を積み重ねております。

学会報告など業績については、ホームページに一覧を掲載しております。

(<http://www.ibri-kobe.org/laboratory/research/lab12/02.html>)

### 成果報告 ～塩味を感じにくい人に仮面高血圧が多い～

神戸トライアル初回検査では、味覚検査を行い、また、対象となった一部の方へ、ご自宅での起床後と就寝前の血圧測定(家庭血圧、7日間)をお願いしました。その成果を医学雑誌(Hypertens Res. 2018;41:756-62.)に発表したもので、ご報告いたします。

「塩分のとり過ぎは高血圧のリスクを高める」ということが知られています。また、塩分の高い食事を続けていると、塩味を感じにくくなることが報告されています。

仮面高血圧とは、「診察室など検査の場での血圧が正常域(最高血圧140mmHg未満かつ最低血圧90mmHg未満)でも、家庭血圧は高い」場合を指し、循環器疾患のリスクが持続性の高血圧と同レベルであったという報告もあります。

今回の論文では、検査時血圧が正常域で、朝晩5日以上家庭血圧を測定できた方のデータを解析し、家庭血圧の平均値が最高血圧135mmHg以上かつ、あるいは最低血圧85mmHg以上の場合を仮面高血圧と判定しました。対象者のうち、仮面高血圧の方は、男性では13.8%、女性では6.5%いらっしゃいました。



### 仮面高血圧とは?

#### ◆検査時血圧は正常域

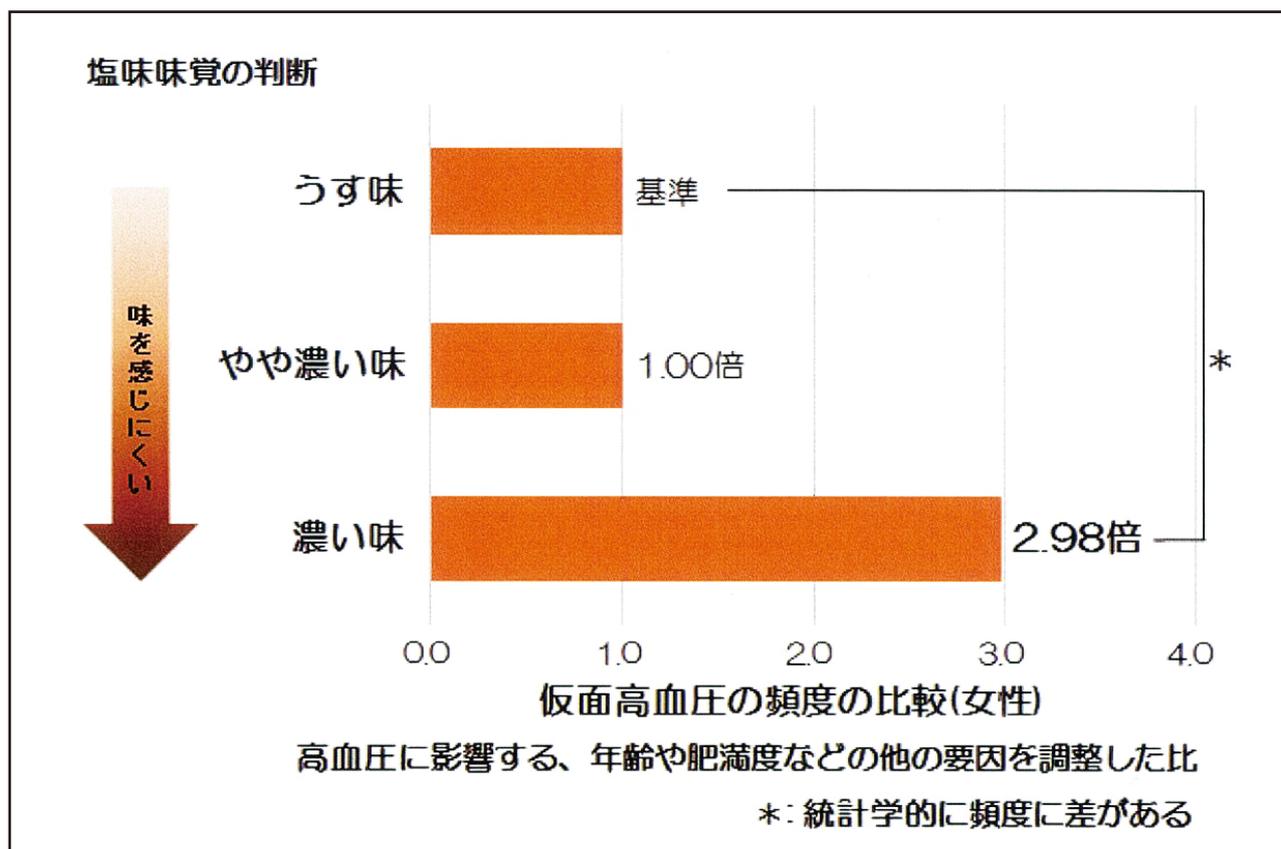
最高血圧140mmHg未満 かつ 最低血圧90mmHg未満

#### ◆家庭などで継続して測定した血圧の平均値が高い

最高血圧135mmHg以上 かつ、あるいは最低血圧85mmHg以上  
朝晩5日以上の測定で評価します。

日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン2014より

塩味の味覚は、味のついたろ紙をなめていただいてその味を感じた結果により、対象者を【うす味、やや濃い、濃い味】のグループに分類しました。



女性において、「うす味」を感じたグループに比べて「濃い味」でないと感じなかったグループでは、仮面高血圧の頻度が約3倍でした(上の図参照)。男性では、女性でみられたような仮面高血圧の頻度の差は認められませんでした。

男性では、女性と比べて喫煙する人の割合が高く、喫煙は塩味の味覚の低下(濃い味でないと感じないこと)と強く関連しました。喫煙は、動脈硬化につながる様々な悪影響が知られていますが、高血圧との関係は明らかになっていません。塩味の味覚低下と仮面高血圧との関係は、男性においては、見かけ上、弱められている可能性があります。



検査で血圧に異常がないといわれた方も、仮面高血圧の予防のために、うす味に慣れ親しみましょう。うす味の食事を続けることで、塩分が低くても満足できるようになることが知られています。

この論文の概要に、次のホームページからアクセスできます  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30054590>

## 進行中の調査をご紹介します：出生時体重と母子健康手帳

神戸トライアルでは、2017年6月～2019年6月の予定で、生まれた時の体重(出生体重)に関するアンケートへご協力頂くとともに、母子手帳をお持ちの方には手帳を持参いただいて、出生体重と生活習慣病の関係について調査を行っています。

生まれたときの体重が少ない(低出生体重)人は、成人後、高血圧、冠動脈疾患、2型糖尿病、脂質代謝異常症などの生活習慣病にかかるリスクが高くなることが、これまでの研究から明らかになってきました。日本での研究の一例を挙げると、大阪府吹田市の40-69歳の一般市民を、出生時体重別にグループに分け、血圧値を比較したところ、出生時体重が小さいグループほど、最高血圧・最低血圧ともに高い傾向がみられています(出典: J Obstet Gynaecol Res 2017(43)より)。

こうした出生時体重についての研究は、まだ日本では数少なく、神戸トライアルでの出生体重の調査結果を発表した2018年秋の学会(第77回日本公衆衛生学会総会)では、活発な議論が行われ、学会員の間での関心の高さが伺えました。

### 母子手帳今昔

母子手帳は、お母さんの胎内にいた時(出生前)から子ども時代までの健康状態を知るための、大変貴重な資料です。



妊産婦  
手帳



母子  
手帳



母子健康  
手帳

日本では、妊娠したら母子健康手帳を受け取り、妊婦健診の結果や、赤ちゃんの体重や身長、予防接種の記録を書いてもらうのは、あたりまえの光景です。しかし実は、妊娠中から幼児期までの健康記録をまとめた1冊の手帳をもつ国は、世界でも非常に少ないのです。

母子手帳の前身である「妊産婦手帳」は、戦時中(昭和17年)に始まりました。戦後、栄養失調や感染症で、多くの子どもたちが亡くなりました。子どもたちを守るために、法整備に合わせて、昭和23年「母子手帳」となり、子どもの情報も記載の対象になりました。

当時は、母子手帳があると優先的に米、出産用脱脂綿、腹帯用さらし、砂糖などの配給を受けられたため、母子手帳の普及が促進されました。その後「母子健康手帳」に名称が変更され、母と子の健康を守るために活用されています。

出生体重のアンケート、(お持ちであれば)母子手帳の調査へのご協力を引き続きお願い申し上げます。