日本人を対象とした栄養疫学研究

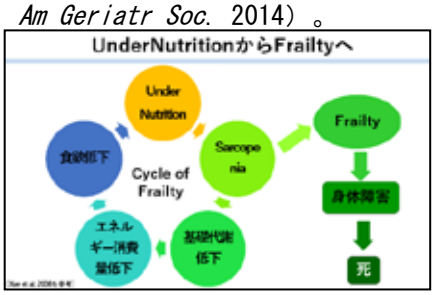
関連するSDGsの国際目標

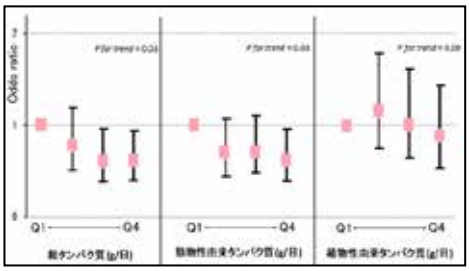
人間文化学部　生活栄養学科　　准教授　　今井　絵理
研究分野：栄養疫学
http://www.shc.usp.ac.jp/food/teacher-full/imai.e-lab/

公衆栄養学研究室では，アウトカムとして生活習慣病，高齢化が進む日本における高齢者の虚弱予防に焦点を当て，これらアウトカムと食事との関連についての栄養疫学研究を行っています。本研究室の成果により、健康の維持増進に寄与する食環境の提言，国民のQOLの向上、栄養学研究の発展が期待されます。

■高齢者の虚弱と食事に関するコホート研究

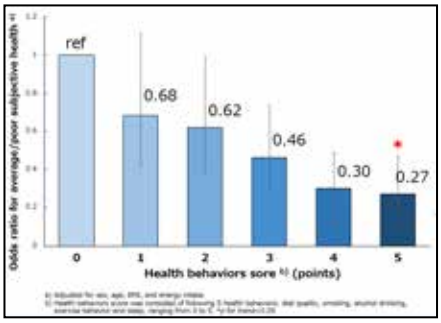
·高齢者約3000名を対象に約7年間のコホート研究を実施，虚弱とたんぱく質摂取量と７年後の高次生活機能低下との関連を多変量ロジスティック回帰分析より検討しました。我々は，総たんぱく質および動物由来たんぱく質の高摂取は７年後の高次生活機能維持と予防的に関連していることを明らかにしました（Imai E et al. *Am Geriatr Soc.* 2014）。



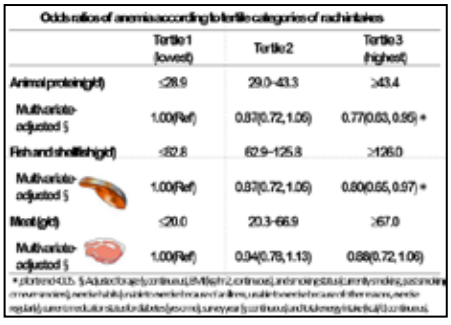


■滋賀県民における健康寿命延伸の要因を探る

·我が国は世界有数の長寿国です。なかでも，近年，滋賀県における平均寿命の延伸は著しく延びています。我々は食を含む複数のライフスタイル関連要因を中心に滋賀県民栄養調査データを用いて，『滋賀県における寿命延伸の要因を明らかにする』ことを目的とした研究を行っています。研究成果；健康状態を反映する簡便な指標である主観的健康感に着目し，食事および複数の生活習慣要因との関連について検討したところ健康行動スコアが上がるほど主観的健康感不良の調整オッズ比が低くなりました。また，この関連性は，運動を含むスコアの組み合わせにおいて強くみられることが明らかになりました（Tanaka S, Imai E et al. *BMC Public Health* 2020）。



研究成果；県内19市町別の健康行動スコア平均値とSMRとの関連を重回帰分析により調べた結果，女性において，全がんSMRと健康行動スコアに負の関連が認められました（β = −0.968, p = 0.011）。女性においては，喫煙歴がない者（β = −0.780, p = 0.016）および食事の質が高い者（β = −0.703, p = 0.048）の割合が高いほど全がんSMRが低いという関連が認められました（Tanaka S, Imai E et al. *Nutrients* 2020）。

■動物性食品摂取と貧血に関する横断研究

·近年，貧血はFrailtyのリスクファクターの一つとして指摘されています。我々は，地域在住男性高齢者（4898人）において動物性たんぱく質，中でも魚介類をたくさん摂取することが貧血リスク低下と関連していることを明らかにしました（Imai et al. *APJCN.* 2019）。