

三世代コホートだより「バースリーペーパー」

BirThree Paper

01

2019
winter

BirThree®…「Birth」(出生)と
「Three」(数字の3)を組み合わせた
造語。三世代コホート調査を表す言
葉として、2018年11月に国立大学
法人東北大学が商標登録しました。





三世代コホート調査のメリット



皆さまのご協力でお子さんの、日本の、世界の未来を変える医療を創りあげていく。それが三世代コホート調査です。

病気のかかりやすさやお薬の効きやすさなどは、ご家族に受け継がれていく「体質」と「環境」、さらに「生活習慣」が複雑にからみ合い、個人差が現れます。中には、「××(の病気)にかかったら▲▲(の薬)」といった、「標準的治療」が合わない人もいます。そんなとき、一人ひとりの「体質」と「環境」に合わせて最も効果的な薬を選んで病気を治療する「オーダーメイド医療」を確立すること。さらには病気を「予防」すること。

そんな未来を見据えて、私たちは日々研究に取り組んでいます。



コホート調査とは？

ある集団を追跡して、体質や生活習慣などと将来発症する病気との関連を調べる研究です。皆さまにご参加いただいている三世代コホート調査では、お子さんがご家族から受け継ぐ遺伝体質と生活習慣や環境が、様々な病気の原因とどのように関係しているのかを明らかにしていきます。結果、皆さまのご協力により一人ひとりに合った病気の予防や治療が行えるような医療が実現できるのです！

お子さんが4歳を過ぎていれば各種健康調査を受けることができます。

／ そうなんです。／

コホート調査のきほん

55,555人がすでに健康調査を受けています。
(2019年11月30日現在)

大人の健康調査

- 頸動脈超音波検査
- 眼科的検査
- タブレット調査

歯科検診 こんな検査も受けられます！

「歯の定期検診を受ければよかった。」これは「55～74歳の男女1000人のアンケート「リタイア前にやるべきだった...健康について後悔していること」の第1位」なのです(PRESIDENT Onlineより引用)。歯が痛くないからといって、忙しいからといって、歯医者さんとすっかりごぶさたになっていませんか？健康調査では、歯科医師が虫歯や歯周病などのチェックを行います。通常の健康診断で行うことの少ない歯科検診が受けられるのも、三世代コホート調査の魅力のひとつです。

- 中心血圧
- 体組成
- 心電図
- 肺機能検査
- 聴力検査
- 骨密度測定
- 血液検査
- その他

子どもの健康調査

- 歯科検診 宮城県の子どもの虫歯の数は全国平均より多いんです！！
- 聴力検査
- 眼科的検査 (視力・眼軸長・屈折検査) ※視力・屈折検査は仙台子どもけんこうスクエアのみ
- 心電図
- 採血 (39項目のアレルギー検査) ※8歳以上はさらに甲状腺機能、コレステロール値などの結果もお返しします
- 身長・体重
- 体組成 (8歳以上)
- 握力検査 (8歳以上)

(現時点で結果をお返ししていない項目)

- 社会性発達評価検査
- 骨密度測定 (8歳以上)
- 呼吸機能検査 (8歳以上)

4ページも見てね

皆さまにご協力
いただいた

調査票アンケートで、わかってきたこと。

column de cohort

コラム・デ・コホート

妊娠中の喫煙・受動喫煙は 子どもの発育・発達に 大きく影響を及ぼす可能性があります。

喫煙率は日本全体で減少傾向ですが、若い女性の喫煙率は横ばいまたは若干上昇しており、健康への影響が懸念されています。
本人への影響はもちろんのこと、若い女性は妊娠・出産・子育てにかかる年代のため、お子さんへの影響も重大な問題です。

喫煙とそのリスク

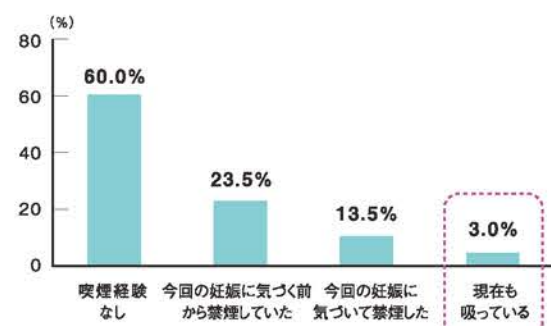
◎本人の喫煙

まず若い女性の喫煙は、妊娠しにくくなる原因のひとつと言われています。そして妊娠中の喫煙は、早期破水、前置胎盤、胎盤異常、早産、妊娠期間の短縮など妊娠中や出産後の母体に影響します。赤ちゃんが育ちにくく、低出生体重のリスクが増加します。生まれた後も、乳幼児突然死症候群(SIDS)の原因のひとつになっています。
妊娠中および子育て中の喫煙は、子どもの発育・発達に大きく影響を及ぼす可能性があることもわかってきています。

調査票の回答から

妊婦さんを対象に、本人の喫煙、受動喫煙の割合を調べました(図1)。その結果、60.0%の妊婦さんが今まで喫煙したことがなく、23.5%の妊婦さん(喫煙経験がある妊婦さん)は今回の妊娠に気づく前に禁煙していました。13.5%の妊婦さんが今回の妊娠に気づいた後に禁煙をしていましたが、なんと、3.0%の妊婦さんは妊娠に気づいた後も喫煙していました。
喫煙をしていない妊婦さんに限定して受動喫煙の割合を調べたところ(図2)、33.8%の妊婦さんが他の人が吸っ

あなたご自身の喫煙について
教えてください。(図1)



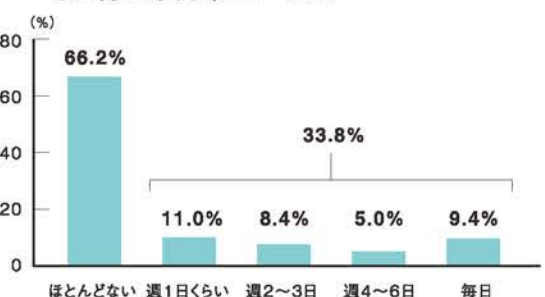
◎受動喫煙

他の人のタバコの煙を吸うことを受動喫煙といい、受動喫煙がいろいろな病気に影響することは多くの研究でわかってきました。妊婦さんも例外ではありません。妊婦さん自身の健康への影響はもちろんのこと、生まれてくるお子さんの健康への影響も懸念されています。日本ではまだあまり検討されていませんが、受動喫煙していた妊婦さんから生まれた子どもは低出生体重のリスクが高いこと、乳幼児突然死症候群のリスクが高いことなどが欧米を中心に報告されています。

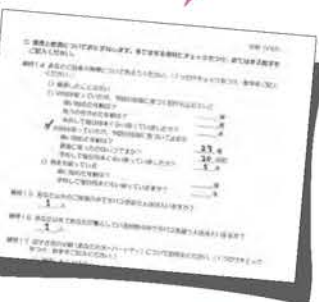
たタバコの煙を吸い込む機会があり、そのうち9.4%の妊婦さんは毎日吸い込んでいました。

妊娠中の喫煙はもちろんのこと、妊娠前の喫煙、子育て中の喫煙、それらの時期の受動喫煙は、本人の健康だけでなく、子どもたちの健康にも影響します。周囲の人たちもタバコの煙に気をつけることが、自分たちそして生まれてくる子どもたちの健康を守っていくことになるのです。

あなたは現在、家の中や仕事場、外出先の屋内で、他の人が吸ったタバコの煙を吸い込む機会がどれくらいありますか？(図2)



これが今回の
調査票です。



母体登録時・母親中期調査票より

皆さまにご協力
いただいた

詳細調査で、わかってきたこと。

column de cohort

コラム・デ・コホート

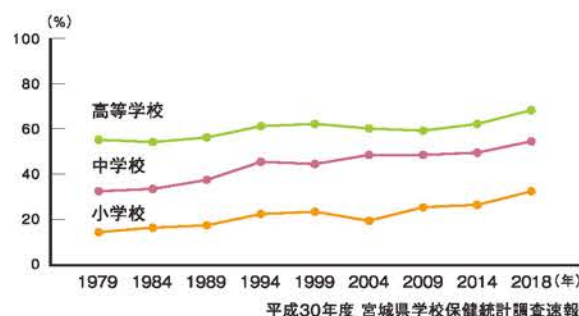
裸眼視力が1.0未満の小学生は34.1%※?! 宮城県では、男の子より 女の子の視力が低下傾向にあります。

※平成30年度 文部科学省学校統計調査

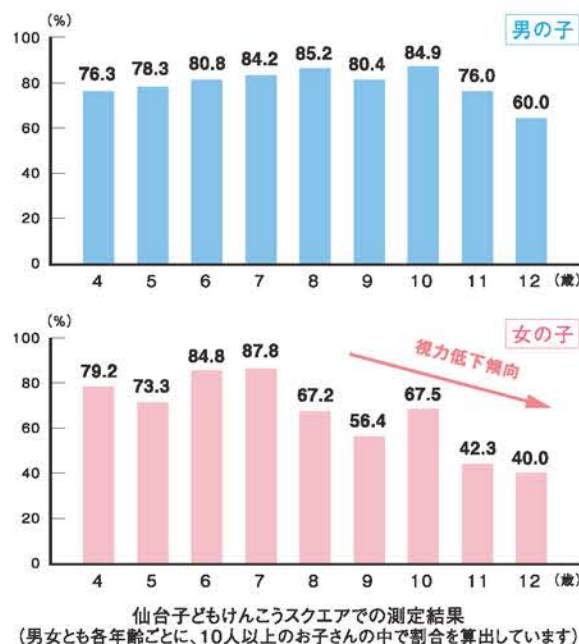


子どもたちの視力は年々悪化傾向にあると警鐘が鳴らされています。近年の調査によると、子どもの近視の割合は増加傾向にあります(図1)。三世代コホート調査の健康調査の結果からは、8歳頃から視力が低下してきているお子さんが増えていることがわかります。
さらに女の子では、より視力の低下傾向が強いことがわかりました(図2)。

●宮城県の裸眼視力1.0未満の児の割合 (図1)



●視力1.0以上の割合(右眼) (図2)



視力を守っていくうえで
大事なことは?

- ・日光にあたり、外で遊ぶこと
- ・近いところを見る作業が続いたら目を休めること
- ・規則正しい生活をし十分な睡眠をとること
- ・目と文字の距離を30cm以上とること など

視力の低下時には、眼鏡の調整など適切な対応を
していくことが重要です。

将来にわたり視力を守っていくためにも、
定期的な視力検査をぜひお受けください。

⑥ 近視はどうして起こるの？

近視の発症には、遺伝的要因と環境要因が関わっています。近年の子どもの近視の増加には、環境要因が強く影響していると考えられています。特に、近くを見続けることが増加し、遠くを見る機会が減ってきた社会環境の変化が指摘されています。近くを見続ける活動をする、手元よりピントを合わせた状態が続き、順応するために眼軸長(目の前後の長さ)が伸びたり、眼球全体の屈折力(目の度数)が手元より変わってくことで、近視が進行することが知られています。

⑥ 視力はどんなふうに変化していくの？

子どもの目は、誕生して目を開けた瞬間から、日々少しずつ成長し、視力は年々変化していきます。

- 出生時 明るいか暗いかの判断ができる
(物を見ることにより発育促進)
- 生後1か月時 物の形が認識できる
- 生後2~4か月 物を追って見るようになる
- 1歳頃 両目で見ることができる
- 3歳頃 物の正しい立体感や遠近感をつかむことができる
- 5歳頃 視機能が完成に近づく
(徐々に視機能は安定化)
- 12~13歳頃 大人と同等の視機能に到達する

宮城県蔵王町観光PRキャラクター

ずおうさま



作：

ぬりえをしたひ

令和 年 月 日 (才)



気をつけて!!

風しん

ウイルスによる急性の発疹性感染症。
主な症状に、発熱・発疹・リンパ節の腫脹など
があります。

妊婦さんが風しんにかかると...

「先天性風しん症候群」

妊娠初期の妊婦さんが風しんに感染すると、お腹の中の子ちゃんにも感染して、眼や心臓、耳などに、白内障や先天性心疾患、難聴などの障害をもつ「先天性風しん症候群」となってしまふことがあります。

●どのようにして感染するの？予防法は？

風しんウイルスは、咳やくしゃみなどの飛沫から感染します。感染力が高く、1人の風しん患者から5〜7人に感染します。

ワクチンを接種することで、かなりの確率で予防することができまが、妊婦さん(または妊娠している可能性のある女性)はワクチンを接種できません。

●風しんが大流行？

2018年には、過去10年間で2番目に流行し、2019年も昨年に迫る勢いで猛威をふるっています。

●自治体よりクーポン券がもらえます

公的な予防接種が行われなかった、昭和37年〜53年産生まれの男性にはクーポン券が配布されます。身近に妊婦さんがいなくても、いつ、どこで接種するかわかりません。ぜひ、風しん抗体検査と予防接種をご検討ください。

BirThree Paper NEWS & TOPICS

③ホートあれこれ

世界のコホート調査

Vol.1

ご家族を対象としたコホート調査は世界に数多く存在します。

例えば、アメリカのフラミンガム研究は1948年から始まり、第2、第3世代の方々までが参加している研究です。フラミンガム研究では、心臓病のリスクとして高血圧や高コレステロール、喫煙、肥満などを特定しました。アメリカの一部の地域で始まった研究ですが、明らかとなったリスクは日本でも今日の保健医療の参考になっています。

三世代コホート調査と同様に妊婦さんにお声がけしているコホート研究もあります。イギリスのALSPAC(アリスバック)研究は妊婦さんとそのご両親、お子さん、お孫さん世代までが参加している研究であり、様々な面でお手本にされています。私たち研究のノウハウを学んだり、アドバイスを受けながら三世代コホート調査を進めています。三世代コホート調査でも皆さまからいただいた貴重なデータに基づき、お子さんや人々の健康向上に役立てていただけるような研究を進めてまいります。



お出かけニュース

「やっぺえ!たいそう」に
出演しました!

東北大学東北メディカル・メガバンク棟、地域支援石巻センター、地域支援気仙沼センターにNHK仙台放送局から「やっぺえ」が来てくれました!コホート調査に

参加しているたくさんのお友達が集まり、元気いっぱい体操をしました。「出るのが夢だったので嬉しかった!」という声もいただき、めったにない機会にお子さんたちも大喜び。私たちも笑顔もらった素敵な一日になりました。これからも楽しいこと、何かおこるかも? 三世代コホート調査のホームページやTwitterものぞいてみてくださいね。



みなさま
おひさしです!

**乳幼児健診会場へ
お伺いしています**

宮城県内の各自治体で実施されている3歳児健診の会場へお伺いして、お声がけをしています(一部の自治体を除く)。オレンジエプロンを着用しているのですが、「そのエプロン、懐かしいですね」というお声をいただくこともあります。皆さまも、乳幼児健診会場で見かけたら声をかけてください。調査についてのご質問やご意見をお聞かせください。



地域支援
センターに
行こう!!
01

白石センター編



キッズスペースがあり、 イベントも盛りだくさん!

白石センターは白石城そばの城下町、JR白石駅の目の前にあります。コンパクトな施設ですが、キッズスペースも設置してあるので、楽しく便利にご利用いただける会場です。とっても優しい保育士さんたちと一緒にお待ちしていますので、ご家族そろって安心して調査を受けることができます。冬休みや春休みには楽しいイベントが盛りだくさん! スタッフも子ども好きで楽しい人ばかりです。ぜひ、ご予約お待ちしております。



健康調査会場

白石けんこうスクエア

白石市字沢目15-6
TEL.0224-26-9771



センター
周辺施設
立ち寄り
情報

センター長メッセージ 白石センター長/児玉 栄一 (社会医学系専門医・指導医)

私たちは、通常の健康診断で行われない検査も行っています。皆さまの健康を維持するために役立つ情報を郵送物だけでなく、東北メディカル・メガバンク機構のホームページでも公開しておりますので、ぜひご覧ください。白石センターでも季節ごとにいろいろな楽しいイベントを開催しており、それに合わせてのご来所もお待ちしております。



白石城周辺

白石城の天守閣からは蔵王連峰の雄大な眺めが楽しめます。周辺には神社や武家屋敷、歴史探訪ミュージアムもあり、城下町としての趣を充分感じることができるエリア。名物の白石温麺などを味わいながらのんびり散歩してみませんか。

白石駅から徒歩 10分



こじゅうろうキッズランド



県内最大級の屋内あそび場。乳幼児から小学生まで年齢に合わせて遊べる3つのエリアがあります。飲食物持ち込みOKの休憩スペースも人気。ファミリーみんなで楽しく遊べるよ。

白石駅から車で 10分

宮城蔵王キツネ村

100頭を超えるキツネが大自然に放し飼い! キツネの抱っこ体験やウサギ、ヤギなどとのふれあいコーナーもあります。モフモフのかわいいキツネに会いに行こう!



白石駅から車で 20分

●白石駅からバスも出ています

え:白石センタースタッフ

ちょっと/
のぞき見
センター動画



実際にこんなところで健康調査を行っています。スタッフ全員持ち前の明るさで、常に笑顔が絶えないセンターです。

check!



●地域支援気仙沼センター	TEL.0226-25-9637	●地域支援多賀城センター	TEL.022-353-9331	●地域支援白石センター	TEL.0224-26-9771
●地域支援大崎センター	TEL.0229-87-5982	●地域支援仙台センター	TEL.022-274-6071	●仙台子どもけんこうスクエア	TEL.022-274-5911
●地域支援石巻センター	TEL.0225-98-5637	●地域支援岩沼センター	TEL.0223-36-8991		

東北大学
東北メディカル・メガバンク機構

東北大学 東北メディカル・メガバンク機構 三世代コホート室

三世代コホート調査

家族でつくる未来の健康

〒980-8573 宮城県仙台市青葉区星陵町2-1
TEL | 022-718-5162 (平日9:00~17:00)
URL | www.megabank.tohoku.ac.jp/3gen/

Twitter
始めました。
@BirThree

