

復興は健康から

いわて東北M・Mの取り組み

コホート研究をするためには、長い期間で協力票を配布するので、自宅にたたく必要がある。対象となるのは田町町、大船渡市の特定健診を受診される方のうち、今回の健康調査（地域住民コホート研究）にご協力いただける方。基本的には、皆さんの自由な意思に基づいて協力いただきたい。たくさん協力していただければ、役立つ情報が正確に出せるようになる。

ト調査は健診会場で調査票を配布するので、自宅に記入して返送していただきたい。健診の後には、毎年、半年から1年ごとのアンケート調査にご協力いただくことになる。また、私どもが行政を通じて元気でいるかや病院に行っているかなどを調べる。皆さんにはまず、健康づくりに役立つ情報をお返ししたいと思っっている。普段の健診では調べていない過去2週間間の血糖の平均値（グリコアルブミン）、心臓や腎臓の働き（NT-pro BNP、シスタチンC、尿中アルブ

コホート事業とは？

ミン）などの血液・尿の検査を追加して調べ、結果をお返しいことで皆さんの健康づくりにつなげてもらいたい。食生活もいつもより詳しく調べるので、皆さんには一日あたりの推定栄養摂取量をお返ししているか、食塩をどのくらいとっているかなど、これも皆さんの生活に役立ててもらえれば、生活習慣（喫煙、飲酒、BMI）から、がんや循環器系の病気の危険度、合

わせて生活習慣を改善することのくらいリスクは減りますよといった説明もつけてもお知らせしたい。

研究に参加すること

で、医学全体が進歩する

。住民の病気のリスクが

高いことを知らせれば、

行政施策にも役立つ。研

究の成果は学会や学術雑

誌に報告するが、統計的

な紹介にする（何万人の

じ時期秋田県では（多分

は低くなる。

高血圧に効く薬が出た

こともあるが、普段の生

活習慣の改善が重要。塩

のとりすぎで、血圧が高

くなる。1950年代の

全国平均は1日20g、同

じ時期秋田県では（多分

は低くなる。

脳卒中の死亡率は、岩

手は高い高いと言われて

いるが、30年前に比べ

ば相当低くなった。19

50、60年代がピーク

半分。これをどう考える

で下がってきている。最大の要因は、最高血圧の平均がどの年齢層でも下がってきている。血圧が下がると、脳卒中リスクは低くなる。

減らすと、下の世代はも

っと減る。その結果が半

分になったということ。

健康づくりは一朝一夕

にはできないが、ただ、

皆さんが意識すれば次の

世代には確実に変わって

いく。その足がかり、き

っかけを東北メデイカ

ル・メガバンク地域住民

コホート研究の中でつく

っていく。

これまでも大船渡市内で

は健康保持に向けた各種

検診の意識向上策が課題

となっていた（過去に行

われた健康づくり大会での測定の様子）

気仙のデータを予防に

岩手医大・丹野准教授の講演より④

う何人が病気になったか、など。遺伝情報は、今すぐお返しできる体制にはないが、将来的には返せるように考えている。

東北地域コホート研究

では、14%ぐらいだっ

た。今の日本人の平均は

10・8%。平均よりも高

いが、50年代に比べれば

半分。これをどう考える

