

## 日本人の生活習慣病の過去・現在・未来：久山町研究

清原 裕 (九州大学大学院医学研究院環境医学分野 教授)



わが国は世界に先駆けて超高齢社会を迎えるとともに、国民の生活習慣の欧米化による肥満や糖尿病の増加など新たな健康問題が生じている。このような社会・生活環境の変化は、脳卒中をはじめとする心血管病、がん、認知症などの生活習慣病に大きな影響を与えていると考えられる。本講演では、福岡県久山町において半世紀にわたり継続している生活習慣病の疫学調査（久山町研究）の成績を中心に、地域住民における生活習慣病とその要因（危険因子）の時代的变化を明らかにし、今後の課題に触れる。

久山町は、福岡市の東に隣接する人口約 8,400 人の比較的小さな町である。この町の年齢・職業構成、栄養摂取状況は過去 50 年にわたり日本の平均レベルにあることから、この町の住民は偏りのない代表的な日本人のサンプル集団といえる。この町において 1961 年、1974 年、1983 年、1993 年、2002 年に行われたスクリーニング健診を受診した 40 歳以上の住民より、それぞれ 1960 年代 (1,618 人)、1970 年代 (2,038 人)、1980 年代 (2,459 人)、1990 年代 (1,983 人)、2000 年代 (3,108 人) の集団を設定し、ほぼ同じ方法で追跡している。いずれの集団も健診受診率が高く（約 80%）、過去 50 年間における追跡からの脱落例が 3 名のみと徹底した追跡調査がなされている。さらに死亡者を原則として剖検し、その死因とともに隠れた疾病の有無を詳細に調べている（50 年間の通算剖検率 75%）。つまり、各集団の健診・追跡調査の成績は、この地域における各時代の生活習慣病の実態とともにその動向を正確に反映していると考えられる。

久山町の各集団の追跡成績を比較し、脳卒中および心筋梗塞の発症率の時代的推移を検討すると、年齢調整後の脳卒中発症率は時代とともに減少傾向にあったが、近年その減少率が鈍化しほとんど低下しなくなった。また、年齢調整後の心筋梗塞発症率には明らかな時代的变化は認めず、横ばい状態であった。つまり、最近では心血管病が減少しなくなったことがうかがえる。このような心血管病の時代的变化をもたらした要因を検証すると、1970 年代から普及した高血圧治療と喫煙率の低下が当初脳卒中発症率を大きく減少させ

た主要な要因であった。これに対し、この間心筋梗塞発症率が全く減少しなかったことに加え、脳卒中、とくに脳梗塞発症率が最近減少しなくなった大きな原因の一つに、糖代謝異常（糖尿病+予備群）、脂質異常症、肥満などの代謝性疾患の増加があげられる。つまり、最近の日本人では、高血圧治療と禁煙の普及によって心血管病に対する高血圧と喫煙の影響が大幅に減少した反面、代謝性疾患が新たな危険因子として台頭してきたと考えられる。また、最近の集団の追跡調査では、糖代謝異常ががんおよび高齢者認知症と密接に関連していることが明らかとなった。したがって、超高齢化社会を迎えたわが国では、大きな健康問題である心血管病、がん、認知症を予防するうえで、増え続ける代謝性疾患の管理が大きな課題になったといえよう。講演では認知症患者の将来予測数を紹介し、増え続ける認知症の対策についても考察する。

## 略歴

1976年6月  
ソビエト連邦ロストフ国立医科大学 卒業  
1978年4月  
九州大学医学部第二内科 研修  
1980年4月  
九州大学医学部第二内科久山町研究 入研  
1983年11月  
九州歯科大学内科 講師  
1988年10月  
九州大学医学部第二内科 助手  
1991年4月  
久山町研究 主任研究員  
1996年10月  
九州大学医学部附属病院第二内科 講師  
2006年2月  
九州大学大学院医学研究院環境医学分野 教授