

(様式第3号の1)

博士（甲）論文審査及び最終試験結果報告書

2021年8月8日

研究科教授会 殿

論文審査及び最終試験委員

主査 太田雅規  
副査 南里明子  
副査 江山茂子印  
副査 池田正春

論文審査及び最終試験の結果を下記のとおり報告します。

記

専攻及び課程	学籍番号	氏 名
人間環境科学研究科 栄養健康科学領域	19dhe601	永原真奈見
審 査 論 文 題 目	健康寿命の延伸を目指したライフステージからのアプローチ～壮・中年期における特定保健指導の意義と学童期における生活習慣形成の課題～	
論文審査及び 最終試験結果	(合) 否	
博士論文提出資格取得日	2021年 6月 2日	
博士後期課程退学日	年 月 日	

(様式第3号の2)

## 論文審査及び最終試験結果の要旨

本申請論文は、ライフステージの中でも特に壮年期・中年期、学童期に焦点を当て、健康寿命の延伸を目指して、壮年期・中年期における特定保健指導の意義と、学童期における生活習慣形成の課題について明らかにすることを目的としている。我々にとって重要な課題の一つである、人々が生涯を通じて心身共に健康であること、つまり健康寿命の延伸をライフステージからの広い視点で目指すものである。

壮年期・中年期における検証では、男性勤労者の特定健康診査・特定保健指導データを用いて、6か月時で3%減量を目標とする意義と、3か月時評価への応用可能性について検証を行っている。その結果、指導開始6か月時に3%以上の減量を達成した群が、3%未満の減量あるいは減量しなかった群と比べて、6か月時の腹囲及び血圧の申告値の改善量が大きかったことが確認でき、さらに、3%減量達成群は他の2群(3%未満減量群、および非減量群)と比べてメタボリックシンドローム(MetS)罹患率は低く、MetS脱却率は高かったことから、3%減量の有効性を確認した。

加えて、特定保健指導後9年間におけるMetSの罹患及び脱却の推移、及び追跡期間前後の健診データ変化量に違いが認められるかについて検証している。その結果、終了群の方が未了群よりもMetS罹患率は低く、MetS脱却率は高く、また体重や腹囲、脂質代謝指標の保健指導による改善効果は、長期に渡って持続される可能性を示した。

続いて、生活習慣形成時期である学童期についての検証を行っている。小学校1年生の児童と保護者についての検証では、1年時には性差ではなく、個人差に着目して生活習慣の是正を促すきめ細かい指導が大切であることを明らかにした。また、就寝時刻が遅いことが児童の朝の生活や体調等に悪影響を及ぼしている可能性、さらに、保護者の朝の不調や好き嫌い、子の好き嫌いへの対処法、食育への関心が子どもの生活習慣に影響を与えている可能性を示した。

また、小学校1年時から6年時までの6年間において、生活習慣や不定愁訴との関連性について検証している。その結果、起床習慣や好き嫌い、食事の手伝いについては、入学時あるいはそれ以前から積極的に介入する必要があること、朝食摂取の意義やバランスのよい食べ方を高学年時に再教示する必要性を明らかにした。更に、高学年時には就寝時刻が遅くなり、不定愁訴を感じている児童が増えている実態を明らかにし、より適切な生活習慣の形成や心のケアに関する体系的な取り組みが必要であること等についてまとめた。

本申請論文は、健康寿命の延伸のためには、学童期に基本的な生活習慣をしっかりと定着させ、壮年期・中年期には健診結果を注視しながら、早期に食や生活の是正を行うライフステージからのアプローチの重要性を裏付けるエビデンスを提供した点は極めて興味深い。また、公開審査後、副査よりそれぞれ質問が出され、それに対する回答も適正に行われた。以上により、本申請論文は栄養学の更なる発展に十分に寄与するものであり、博士の学位(人間環境科学)の授与に値すると考える。