

2014年～2024年度の岩木健康増進プロジェクト健診に
ご参加いただいた皆様へ

下記研究に用いるため、皆様の情報を利用させていただきますので、お知らせします。

研究科題名：睡眠が筋機能および筋量に及ぼす影響

研究の目的：筋機能や筋量の低下は、転倒や骨折リスクの増加、さらには“寝たきり”に繋がる危険があるため、筋機能や筋量を低下させないための取り組みが重要です。近年、睡眠が筋機能や筋量に影響を及ぼすことが示されてきました。これまでの研究結果では、睡眠時間は年齢によって適正時間は異なることが示唆されています。また、最近では睡眠の“量”と“質”を総合的にみた「睡眠充足度」による評価が注目されており、睡眠充足度が乏しいと将来の死亡リスクが増えることが報告されています。しかし、筋機能や筋量と睡眠との関係について、睡眠の“量”と“質”を合わせて考慮した研究は行われていません。これらの知見を明らかにすることは、睡眠の重要性を新たな視点から示すことができ、国民の健康増進や教育現場への貢献となります。本研究では、岩木健康増進プロジェクトのデータを使用し、睡眠の質および量と筋機能および筋量との関係を検討することで、睡眠の重要性に関する新たな知見を見出すことを目的とします。

研究実施期間：実施許可日～2028年3月31日

対象となる方：2014年から2024年の岩木健康増進プロジェクトに参加された方

利用させていただきたい試料・情報について

以下の情報を研究責任者である田中史の責任の下、標記研究課題実施のために弘前大学内で利用します。

【解析データ】

- 個人記録表(性別、年齢、身長、体重、BMI、安静時血圧、前腕周囲径、下腿周囲径)
- 体力測定(握力、立ち上がりテスト、2ステップテスト、脚屈曲筋力、脚伸展筋力、体幹筋力(背筋・腹筋)、10m最大歩行時間、10m通常歩行時間、TUGテスト)
- 体組成
- 健康調査票(既往歴、生活習慣(睡眠、喫煙、飲酒、運動)、薬物服用状況、最終学歴、就労状況、家族構成、暮らし向き、日常生活活動、心の健康)
- お薬手帳(薬剤名)
- 認知機能(MMSE、あたまの健康チェック)
- ピッツバーグ睡眠質問票**

- 脳波測定・周波数解析 (S'UIMIN・InSomnograf) 測定結果データ
- 食事調査(BDHQ：簡易型自記式食事歴法質問表、FFQ：食事摂取頻度調査)

具体的には、下記の内容について検討します。

- 睡眠の量・質と筋機能・筋量との関係
- 年齢ごとの睡眠の量・質と筋機能・筋量との関係
- 睡眠の量および質と筋機能・筋量と経時的な影響

「ピッツバーグ睡眠質問票」および「脳波測定・周波数解析」のデータから睡眠の量・質を評価し解析いたします。

なお、本研究で利用する情報は、仮名加工(氏名、住所および生年月日と切り離し、照合のための符号・番号を付与)され、岩木データベースに登録された情報です。照合のための符号・番号と氏名等の個人を特定できる情報の対応表が研究者等に提供されることはありません。研究成果については、学会発表や論文投稿等の方法で公表されますが、その内容から対象者個人が特定される事はありません。そのため、本研究により個人に還元する臨床的意義のある結果は得られないため、個別結果は原則としてお答えできません。

研究への利用に同意いただけない場合には、「情報利用提供停止願い」をご提出ください。受領後、その方の試料・情報を対象から除外します。ただし、ご連絡いただいた時点で既に研究成果公表済の場合は、該当者のデータのみを削除する等の対応はできかねますので、ご了承ください。

本研究課題について、より詳細な内容をお知りになりたい場合や、試料・情報の利用に同意いただけない方/その代理人の方は、以下の連絡先までご連絡ください。

本研究に関するお問い合わせ先	弘前大学大学院医学研究科附属 健康未来イノベーションセンター 田中 吏 住所：〒036-8562 弘前市在府町 5 電話：0172-39-5352 Email：tnk_tks89@hirosaki-u.ac.jp
情報利用提供停止願送付先	弘前大学大学院医学研究科附属健康・医療データサイエンス研究センター 医療データ解析学講座 教授 玉田 嘉紀 住所：〒036-8562 弘前市在府町 5 電話：0172-39-5037(代表) FAX：0172-39-5205