

# 山形県コホート研究通信



## 山形県コホート研究に参加して頂いている皆様へ

山形大学医学部附属病院 病院長  
山形大学医学部メディカルサイエンス推進研究所 副研究所長  
根本建二

日頃は山形県コホート研究へ協力いただきまして誠にありがとうございます。この研究は、皆さんの生活、健康についてのデータを長期間追跡し、どのような生活の習慣や検査の結果が、いろいろな病気の発生や寿命と関連しているかを調べる研究です。いままでに、数多くの成果を上げてきていますが、最近では、山形県コホート研究のデータを元にして、よく笑う人はあまり笑わない人よりも、心臓や血管の病気になりにくくまた、寿命が長い傾向があるという研究成果が発表されました。いろいろなメディアで報道されましたので、見たり聞いたりした方もいらっしゃると思いますし、大勢の方にとって生活のヒントになることだとも思います。

山形大学医学部では、これからもいろいろな研究に取り組み、成果を広く発信して

いくことで、県民の皆さんのみならず、国、あるいは世界の健康増進に役に立てるように努めたいと考えています。そして、そのような成果を見たり聞いたりするにつけ、皆さん一人一人の参加が県民、国民の健康増進に大変役に立っているということを実感していただき、誇りを持って頂けたらと思います。

最後になりますが、研究が実を結び続けるためには、皆様に健診などを受けて頂くことが重要です。長く続ければ続けるほど、生涯のいろいろな健康、病気の発症に、なにが本当に関連しているかが、どんどん明らかとなってきます。皆さんの協力があったの山形県コホート研究です。引き続き、本研究にご協力頂けますようお願いいたします。



# 「がん遺伝子パネル検査」を知っていますか？

～遺伝子の特徴を調べることで、個人に合った薬が見つかる可能性があります～

報道で目にされた方もおられるかもしれませんが、「がん遺伝子パネル検査」とは、がんに関係する遺伝子を多数同時に調べて画期的な治療法がないかどうかを調べる新しい検査のことです。一人一人異なる遺伝子の特徴を調べることで、個人に合った薬が見つかる可能性があります。

これまでの遺伝子検査では、遺伝子のごく一部しか調べることができませんでしたが、この検査は1回の検査で多数の遺伝子を同時に調べることができるため、効果的な検査であるとする意見もあります。

しかし、医療保険の適応でこの検査の対象となる可能性があるのは、放射線治療や手術、薬物療法などの標準治療が終了してもなお病状が長期に安定することが予測される方、標準治療がない原発不明がんや希少がんの方等となり、これらの条件に適應する患者さんはとても少なく、検査を受けたとしても治療薬が必ず見つかるわけではありません。治療薬があったとしても、日本では承認されていない可能性があるなど、課題も多いのが現状です。

とはいえ、検査によって画期的な治療へつながる患者さんもいること、多くの検査データが集積されることにより未来の患者さんを救う知見が増えることなどの大きなメリットもあります。

山形大学医学部附属病院は、9月に、厚生労働省「がんゲノム医療拠点病院」に認定されました。必要とされる患者さんへしっかりと本検査をお届けできるように努力して参ります。どうぞ宜しくお願いします。

〈山形大学医学部附属病院 腫瘍内科 吉岡孝志・鈴木修平〉

個人に合った治療ができる可能性があり、オーダーメイド医療の第一歩！！でも、まだまだ課題はあるんだね・・・

## 課題

- 誰でも受けられるわけではない
- 必ず治療法が見つかるわけではない
- 遺伝子変異があっても、治療薬を使用できない可能性がある



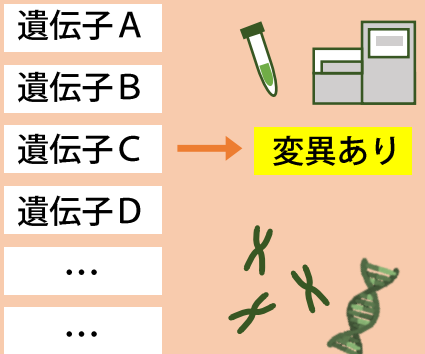
## 標準治療

多くの臨床試験の結果を元に、現時点で最良とされた治療



標準治療がないがん  
標準治療が終了したなどの場合

## がん遺伝子パネル検査



## 治療方針決定



# 笑う門には長寿来る！

『笑う門には福来る』は古くからよく耳にする言葉ですが、この度住民の皆様のご協力により、山形県コホート研究で「笑う門には長寿来る」を世界で初めて証明することができました。

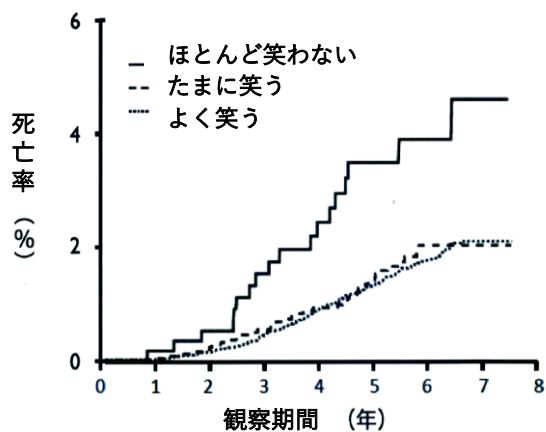
ご協力いただいた住民の皆様はこの場をお借りして感謝申し上げます。

山形県コホート研究にご協力いただいている皆様には研究開始時に血圧、血糖、飲酒、喫煙、睡眠時間、精神的なストレス、笑う頻度など様々な情報を提供いただいています。今回の研究では、笑う頻度をよく笑う（週1回以上）、たまに笑う（月2-3回）、ほとんど笑わない（月1回未満）の3つに分け、死亡者数と心血管疾患発症者数の比較を行いました。

1万7000人以上の住民の方のデータを解析した結果、ほとんど笑わない人はよく笑う人に比べて死亡リスクが約2倍、たまに笑う人はよく笑う人に比べて心血管疾患発症リスクが約1.6倍であることがわかりました。過去の研究では、笑うと食後血糖が上がりにくい、笑うと血管が柔らかくなる、免疫力が上がる、という報告もあり、これらが複合的に良い効果をもたらしたのではないかと考えています。

皆様におかれましては、是非笑いの多い生活をお送りいただきたいと思います。今後とも山形県コホート研究にご協力・サポートをいただけますようどうぞ宜しくお願い致します。

J Epidemiology advance publicationに掲載  
 〈看護学科・基礎看護学講座 教授 櫻田香〉



ほとんど笑わない人は  
死亡リスク

2倍



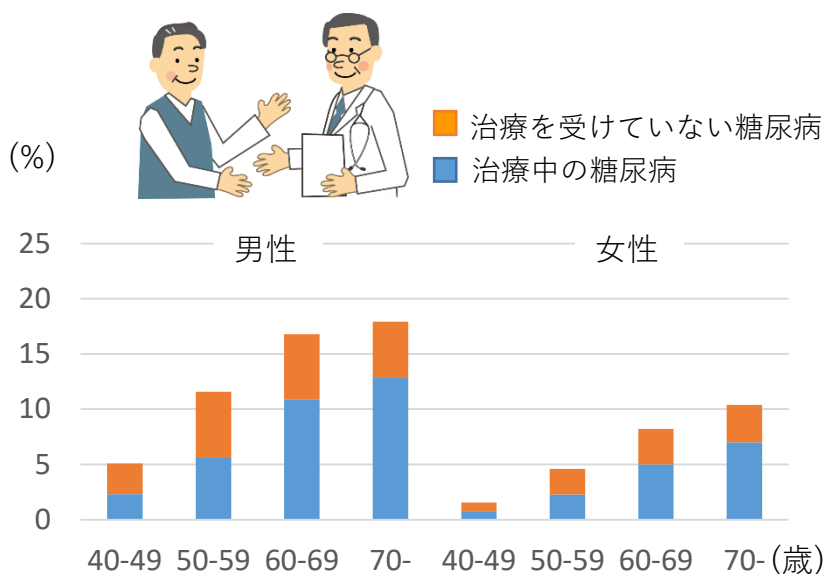
笑いの多い生活を！

よろしければ、山形大学医学部ホームページもご覧ください  
 記者会見「笑う頻度と全死亡および心血管疾患発症のリスクの関係～山形県コホート研究より～」

<http://www.id.yamagata-u.ac.jp/topics190625.html>



## 山形県コホート研究参加者での糖尿病の頻度



糖尿病の頻度は年齢とともに増えていきます。

40歳代では2-5%、50歳代では5-12%、60歳代では8-17%、70歳以上では10-18%で、男性は女性の約2倍の頻度です。

40歳、50歳代では糖尿病なのに治療を受けていない人が半数近く見られます。将来の自分の健康のためにしっかり治療しましょう。

〈ゲノムコホート基盤プログラム作成副ユニット長 今田恒夫〉

## 二次調査（アンケート）実施状況

2009年～2015年にベースライン調査(健診会場での調査)を行い、その後およそ5年を経過した方に二次調査(アンケート)『第2回健康と生活習慣に関する調査票』を実施しております。

2018年度は酒田市、寒河江市の約2,100人の方々にご協力いただき、2015年に開始しました本調査のご協力者は、累計**10,000人を突破**いたしました！  
お忙しい中、ご回答ありがとうございました。



## 2019年度 二次調査実施について



2014年度のベースライン調査にご協力いただいた約1,500人の方へ、このたびアンケートを同封させていただいております。

対象市…酒田市・東根市・上山市

## 追加アンケート調査実施について



(国立がん研究センターとの研究協力調査)

2018年度二次調査に回答いただいた方のうち対象の方へアンケートを発送予定です。

対象市…寒河江市・酒田市

引き続き、ご協力の程お願い申し上げます。

