

氏名(本籍)	おおいゆういち 大井雄一(茨城県)
学位の種類	博士(医学)
学位記番号	博甲第6205号
学位授与年月日	平成24年3月23日
学位授与の要件	学位規則第4条第1項該当
審査研究科	人間総合科学研究科
学位論文題目	職域における首尾一貫感覚と生活習慣の関連性に関する研究

主査	筑波大学教授	博士(医学)	土屋尚之
副査	筑波大学教授	博士(医学)	望月昭英
副査	筑波大学教授	博士(保健学)	市川政雄
副査	筑波大学准教授	博士(医学)	森田展彰

論文の内容の要旨

(目的)

疾病の一次予防において有効な方策が求められるなかで、Antonovskyの提唱した健康生成論の中核概念である首尾一貫感覚(Sense of Coherence; 以下、SOC)が注目されている。SOCは、人が健康を保持することが出来るのは何によるものなのかという観点から研究・開発された指標であり、身体的健康度のみならず様々な健康概念との関連性が報告されており、健康の維持と増進に深く関わる概念として、その重要性が評価されている。しかしながらSOCの形成についてはどのような要因がそれをもたらすのかといった知見はまだまだ一定の見解を得ておらず、介入によるSOCの向上が可能であるのか否か、また可能であるとすればどのような介入方法が有効と考えられるのかといったことについて実証した研究は国内外を通じてきわめて少ない。

著者は、本研究において、SOCに影響を与える要因として、職域において介入する機会の多い生活習慣に着目した。まず生活習慣とSOCとの関連性を明らかにすることを目的とし、大規模横断調査を実施した。さらに、生活習慣のなかでも産業保健の現場で広く推奨されている運動習慣に着目し、運動習慣とSOCの関連性について2つの縦断調査を実施した。以上の3つの調査研究を通して、SOCと生活習慣の関連性について検討し、生活習慣がSOCに影響を与える可能性についての知見を得ることを目的に、本研究が施行された。

(対象と方法)

・横断調査

筑波研究学園都市の労働者20,742名を対象に、2006年11月、無記名自記式質問紙調査が施行された。質問項目は基本属性のほか、結婚状態などの社会背景、平均的生活習慣に関する8項目、日本語版SOC29項目版であった。回答のあった12,009名(回答率57.9%)のうち、20歳以上60歳未満で解析項目に欠損値のない9,369名が解析対象とされた。

著者は、このデータを用い、生活習慣とSOCの関連性を明らかにするため、生活習慣の有無によるSOC得点の比較およびSOC得点を目的変数とした多変量解析を行い、検討した。

・縦断調査 1

著者は、調査同意の得られた食品製造業工場において、縦断調査を実施した。2005年3月に第1回調査、2011年3月に第2回調査を行い、両調査において解析項目に共に欠損のない130名を有効解析対象者とした。

いずれの調査においても、調査項目とした基本属性のほか、運動習慣の有無、SOCを調査した。第1回調査時と第2回調査時の運動習慣の有無により、4群（運動習慣維持群、運動習慣喪失群、運動習慣獲得群、運動習慣なし群）に分けそれぞれの群でのSOCの変化について比較し、運動習慣の変化とSOC得点の変化について検討した。

・縦断調査 2

著者は、調査同意の得られた国内2事業場において、縦断研究を実施した。ウォーキングキャンペーン)を実施し、その開始前後に質問紙を用いて調査を行った。調査に同意の得られた134名を対象とし、解析対象は両調査において解析項目に共に欠損のない65名とした。いずれの調査においても調査項目として基本属性とSOCを調査したほか、開始時の調査においては運動習慣の有無などの参加背景を質問し、勧奨活動の前後におけるSOC得点の変化について検討した。

(結果)

1. 首尾一貫感覚と生活習慣の関連

横断調査においては、良好な生活習慣を実施している者とそうでない者の単純比較においてSOC得点に有意差が認められ、生活習慣とSOCの間に関連性があることが示唆された。SOCを従属変数、生活習慣などを独立変数とした多変量解析においては、SOCとの関連が最も大きい生活習慣として「栄養バランスを考えた食事をしている」、次に関連の大きいものとして「定期的な運動をしている」が得られ、生活習慣のなかでもその種類によりSOCとの関連の大きさに違いがみられた。

2. 運動習慣と首尾一貫感覚の変化

縦断調査1においては、運動習慣を獲得した者および運動習慣を維持した者においてはSOC得点が上昇し、一方で運動習慣を喪失した者および運動習慣のない者ではSOC得点が低下するという結果が得られた。本結果から、運動習慣の獲得および維持という人生経験はSOCの強化と関連があり、逆に運動習慣の喪失および無獲得という経験はSOCの弱化と関連がある可能性が示唆された。一方、縦断調査2においては、ウォーキングキャンペーンの前後において明らかなSOCの変化は見られなかった。

(考察)

著者は、横断研究によって明らかになった生活習慣とSOCの関連性から、食事の栄養バランスおよび定期的運動習慣は、SOCを形成する要因ともなりうるものであること、また、縦断研究の結果から明らかになった、運動習慣の維持および獲得とSOCの強化との関連から、良好な生活習慣の維持・獲得がSOCの向上につながる可能性が示唆されたと考察している。

また、本研究の限界として、横断研究では、生活習慣とSOCとの因果関係を論じることができないこと、縦断研究1においても、因果関係について言及できるだけの詳細な検討ができていないこと、運動習慣以外の要因に関する情報が得られていないこと、さらに、有意な結果が得られなかった縦断研究2では、観察期間が十分でなかったこと、対象の背景因子に関する情報が得られていないことなどがあげられている。

以上の結果から、著者は、本研究により、良好な生活習慣とSOCに関連性があることが示されたこと、特に食事の栄養バランス、運動習慣とSOCの関連性が大きい可能性が示されたこと、定期的運動習慣の獲得がSOCの向上につながる可能性が示されたと結論し、本研究は、わが国の疾病一次予防対策の向上に、健康生成論とSOCという新たなパラダイムから寄与しうるものと位置づけている。

審査の結果の要旨

「どのような人が健康な生活を送れるのか」という健康生成論において注目される SOC を生活習慣により強化しうるか否かという、予防医学上きわめて重要な課題に取り組んだ研究である。横断研究では、十分なサンプルサイズが確保され、生活習慣と SOC との関連を示す興味深い知見が述べられている。一方、縦断研究は、生活習慣と SOC の因果関係を示す目的で施行された重要かつ野心的な研究である。縦断研究は、十分な研究期間やサンプルサイズを確保することができず、予備的な成果にとどまっている点が残念であるが、学位論文においては、それらの限界も正しく考察され、将来の研究課題も示されている。これらの成果に基づき、今後、長期間にわたる前向き研究により、著者の仮説が検証されることを期待する。

平成 23 年 12 月 28 日、学位論文審査委員会において、審査委員全員出席のもと論文について説明を求め、関連事項について質疑応答を行い、最終試験を行った。その結果、審査委員全員が合格と判定した。

よって、著者は博士（医学）の学位を受けるに十分な資格を有するものと認める。