

寄り添う医療、拓く研究 東京都健康長寿医療センターが取り組む 高齢者地域コホート

高齢期における健康と自立維持推進

- ・個人の経年変化を継続的に観察
 - ・自立喪失や老年症候群*の発生リスク予測、予防、要因検証、検査法開発
 - ・老年症候群を対象にした介入試験(改善効果等)
- *フレイル、サルコペニア、認知機能低下、転倒等



2つの地域コホート
お達者健診研究
板橋健康長寿縦断研究

過去の研究事例

- 生活歩行速度の妥当性に関する研究 ■民間財団様との共同研究
Kawai H, et al. Int J Environ Res Public Health. 17(8):2707, 2020.
- 生活歩行速度の標準値に関する研究 ■保険会社様との共同研究
Obuchi SP, et al. Geriatr Gerontol Int. 2020 Jul;20(7):664-669.
- 生活歩行速度とフレイルとの関連 ■住宅会社様との共同研究
Kawai H, et al. BMJ Open 2023;13:e065098.
- フレイル高齢者に対するラジオ体操の有効性 ■保険会社様との共同研究
Osuka Y, et al. J Epidemiol. 2024 Oct 5;34(10):467-476.
- HMBカルシウムと筋トレの組み合わせ介入が骨格筋に及ぼす影響 ■食品会社様との共同研究
Osuka Y, et al. Am J Clin Nutr. 2021 Oct 4;114(4):1371-1385.
- 腸内細菌叢と脳アミロイドβ陽性との関連 ■製薬会社様との共同研究
Kojima N, et al. PLoS One. 2025 Oct 29;20(10):e0332801.
- 白カビチーズの摂取が脳由来神経栄養物質濃度に及ぼす影響 ■食品会社様との共同研究
Suzuki T, et al. J Am Med Dir Assoc. 2019 Dec;20(12):1509-1514.e2.

フレイル (身体、口腔、栄養)、 認知機能 を主とした高齢者地域コホート

参加者推移 経年的研究 (個人の変容)が可能

約**2,000**項目にもおよぶ測定変数

	① お達者健診研究17/19	② 板橋健康長寿縦断研究
実施主体 チーム名	デジタル高齢社会 研究テーマ フレイル・筋骨格系の健康 研究テーマ	フレイル・筋骨格系の健康 研究テーマ オーラルフレイル・栄養 研究テーマ 認知症と精神保健 研究テーマ
協力機関	板橋区 (開始時に住民基本台帳の閲覧申請)	板橋区 (包括連携協定に基づき住所情報入手)
地域	当センター周辺の指定地域	当センター周辺の指定地域・高島平地域
対象者	-1: 2011年開始集団 65歳以上の男女 -2: 2017年開始集団 65歳以上の女性 -2: 2019年開始集団 75歳以上の男女	2021年度開始集団 70~84歳の男女 2022年度開始集団 70~84歳の男女 2023年度開始集団 70~84歳の男女
時期	8月に郵送調査 → 10月に会場健診	11月に郵送調査 → 翌2月に会場調査
実施場所	当センター研究所1階 多目的室等	
追跡頻度	毎年	3年に1度

コホート 研究	開始時期 (対象者)	年度 (2017年度~)								
		'17	'18	'19	'20	'21	'22	'23	'24	'25
①お達者健診 研究-1	2011年開始 65歳以上男女	761	769	720	563	642	622	587	587	609
	2017年開始 65歳以上女性	1035	330	760	550	546	554	524	488	462
①お達者健診 研究-2	2019年開始 75歳以上男女			757	258	312	291	253	232	203
	2021年開始 70~84歳男女					1146			536	
	2022年開始 70~84歳男女						655			311
②板橋 健康長寿 縦断研究	2023年開始 70~84歳男女							879		

評価項目	測定項目
運動機能	握力、歩行速度、いす立ち上がり、TUG、膝伸展筋力等
認知機能	MMSE、MoCA-J等のスクリーニング検査
栄養	体脂肪、骨格筋量、筋質、食事・食欲調査 (BDHQ、MNA-SF、DVS等)
歯科検査	歯の状態、舌圧、咀嚼、嚥下、滑舌テスト、触診等
活動・睡眠検査	歩数、活動強度、睡眠時間・質などの詳細データ
血液・尿検査	血液生化学、各種ビタミン等
各種質問票等	フレイル健診、ADL、既往歴、生活習慣、心理状態(うつ状態等)
行政情報	要介護認定、死亡情報等
保存検体	血清、血漿、尿

膨大な客観計測項目に加え、経年的なデータ解析が特徴です。基盤研究、デバイス開発、食品効果検証、保存検体(血液、尿)の利活用など、前向き、後ろ向き研究の実施が可能です。本コホートを活用した共同研究を募集中です。