

## 論文審査の結果の要旨

氏名：佐藤 昭 寿

専攻分野の名称：博士（医学）

論文題名：不健康生活習慣保有数と生活習慣病罹患との関係について  
～2014年と2019年の健診・人間ドックデータを使用して～

審査委員：(主査) 教授 鈴木 正 泰

(副査) 教授 阿部 雅 紀 教授 高山 忠 輝

教授 田 倉 智 之

これまで、不健康な生活習慣と生活習慣病との関連については、個々の生活習慣に焦点を当てた検討が大部分であった。申請者は、不健康な生活習慣を複数有することにより、生活習慣病発症リスクがどのように変化するか明らかにすることを目的に、本研究を実施した。

2014年度と2019年度の両年度に関東地方にある健康診査実施施設にて特定健康診査、人間ドックまたは企業健診を受けた2,473人を対象に、2014年度（ベースライン）における不健康な生活習慣（睡眠休養不足、早食い、運動不足、習慣的な飲酒、習慣的な喫煙）の保有数と2019年度における生活習慣病（糖尿病、肥満症、高血圧、脂質異常症、メタボリック症候群）の新規発症との関連を後ろ向きコホートの検討した。

最終的に解析対象となったのは1,827人（平均年齢：48.3±9.5歳）であり、有効対象者率は73.9%であった。5つの生活習慣病のうち、糖尿病と高血圧については、不健康な生活習慣の保有数が0-1の群に比較し、4-5の群において新規発症リスクが有意に上昇していた。さらに、性別および年齢階級別の検討において、これらの疾患におけるリスク上昇は、男性、40-59歳の群でみられることが明らかとなった。

本研究は、生活習慣病、特に男性や中年における糖尿病や高血圧を予防する上で、不健康な生活習慣の保有数に着目する意義を示した点において新規性が高い。また、不健康な生活習慣の1つとして、近年睡眠疫学の分野で注目されている睡眠休養感を含めている点においても先駆的な研究である。本研究で得られた知見は、生活習慣病の予防に関する公衆衛生学的施策の立案に有益な情報を提供するものであり、その医学的価値は高い。

よって本論文は、博士（医学）の学位を授与されるに値するものと認める。

以 上

令和6年2月28日