

「関西健康・医療創生会議 シンポジウム」の開催結果について

平成30年11月21日
イノベーション推進担当

「関西健康・医療創生会議」では、健康診断や診断時のカルテ情報・調剤情報など、出生から高齢期にいたる様々な場面で記録される個人のライフコースデータの重要性に対する理解を深めるため、『健康長寿のためのライフコースデータの重要性』をテーマに、産学官の有識者等から、睡眠とライフコースとの関連性やライフコースデータを活用した先進的な取組の発表を行った。

記

- 1 日 時 平成30年10月30日（火） 13:30～16:45
- 2 場 所 兵庫県公館大会議室
- 3 主 催 関西健康・医療創生会議、NPO 法人関西健康・医療学術連絡会
- 4 参加者数 約250名（行政関係 120、企業 90、アカデミア 40）
- 5 内 容

(1) 挨拶 井村 裕夫 関西健康・医療創生会議議長（ビデオメッセージ）

井戸 敏三 関西広域連合長

(2) 講演〈別紙参照〉

西野スタンフォード大学医学部精神科教授ら5名

【基調講演】

睡眠研究で世界的に著名なスタンフォード大学西野教授から、睡眠障害が一般市民の生活に影響を与えることや日本人の睡眠時間の短さをデータで示された上で、良質な睡眠の重要性とその摂り方を述べられた。



【一般講演】

- 神戸市の三木保健福祉局長から、健康寿命の延伸に向けて、健康と介護の中間の状態であるフレイル予防の取組や、認知症に特化した政令市初の条例の制定、認知症の方の賠償責任保険を市が加入する事故救済制度の創設、学校検診・母子保健情報のデータベース化とその活用などの取組が紹介された。
- 理研の竹谷リサーチコンプレックス戦略室長からは、「ヘルスケアのエコシステムを神戸で創る」を目標とする取組として、ビジネスを生み出すための未病指標の開発や、神戸市とともに市民PHR（Personal Health Record：個人の健康情報）事業のシステム開発を進めているといった紹介があった。
- 神奈川県藤澤ヘルスケア・ニューフロンティア推進本部室長からは、健康長寿日本一を目指し、未病概念の普及啓発により健康への意識改革による行動変容などを促すとともに、未病改善のため個人が自らの健康情報をスマートフォン等で管理できるアプリの運用や、アプリの普及拡大に向けたラインなどの民間アプリ・国のマイナポータルとの連携などの取組を紹介された。
- 花王(株)の安川エグゼクティブ・フェロー、弘前大学COI副拠点長からは、弘前大学で蓄積された健診情報等のビッグデータの解析を核とした新たな健康プラットフォーム事業の構想を、他の民間企業とともに進めているといった紹介があった。

6 まとめ

自治体、企業関係者など多くの参加者にライフコースデータの重要性について周知を図ることが出来た。（アンケートの9割が有意義、大変有意義と回答）

(1) 基調講演

「良質な睡眠がライフコースを左右する」

〔スタンフォード大学医学部精神科教授
スタンフォード睡眠・生体リズム研究所長 西野 精治 〕

スタンフォード大学での睡眠医学の研究により、睡眠時間と死亡率・肥満度との関係、不眠と精神障害の発症率の関係、睡眠不足と癌の発症との関係など、睡眠と病気等との関連性が明らかになりつつある。睡眠時間の短縮化と生活の夜型化の進行により、日本人の睡眠時間は世界で最も短い。不眠などの睡眠障害は、一般市民の生活に影響を与えている。睡眠障害による経済的損失は新聞の調査によると日本で年間3兆5千億円とも言われている。

良い睡眠を摂らないと生活習慣病や癌、認知症などの病気のリスクを高める。良質な睡眠は健康長寿の礎となり重要である。

睡眠は深い眠りである「ノンレム睡眠」と眠りの浅い「レム睡眠」を交互に繰り返すが、疲れや眠気を取り、自律神経を整える一番深い眠りは最初に訪れるので、その摂り方が大切である。お風呂に入った後の体温調節やマットの通気性などを工夫することでも良質な睡眠を得ることが可能である。

なお、神戸の有馬温泉のような炭酸泉は、さら湯での入浴より、深い睡眠を導くがナトリウム泉と比べて疲れが出ないのがメリットである。また、アルコールも少量（一合程度）であれば睡眠の質に支障はないので、それほど気にすることはない。

(2) 一般講演

「健康長寿延伸に向けた神戸市の取組及び市民PHRの紹介」

〔神戸市保健福祉局長 三木 孝 〕

神戸市では、第7期介護保険事業計画を定め、健康寿命の延伸に向け2025年までに健康寿命と平均寿命の差を2年縮めることを目標に取り組んでいる。

一つは、健康と介護の中間の状態であるフレイルの予防である。口の健康、運動、社会参加を意識した生活機能の維持・向上を心がけてもらう契機として、特定健診に合わせて握力などを測るフレイルチェックを実施している。

二つは、認知症対策に特化した政令市初の「神戸市認知症の人にやさしいまちづくり条例」の制定である。認知症の早期健診を促す診断助成制度や、認知症の方の賠償責任保険を市が加入する事故救済制度の創設を予定している。

三つには、誰もが健康になるまちを目指した「健康創造都市KOB E」の推進である。子ども期の貧困と健康との関連についてのライフコース疫学の知見を踏まえ、幼少期の体験等の項目も入れた健康と暮らしに関する調査を実施し、保健事業に活用しようとしている。また、学校検診・母子保健情報のデータベース化などにも取り組み、生涯の健康データを統一した市民PHR（Personal Health Record：個人の健康情報）システムの構築を目指している。さらに、本人同意によるデータとICTを活用した個人への保健指導を来春から実施する。

「ヘルスケアビジネスの拠点を兵庫・神戸に！」

「リサーチコンプレックスのビジネス機能集積への取組」

〔 理化学研究所リサーチコンプレックス戦略室長 竹谷 誠 〕

「ヘルスケアのエコシステムを神戸で創る」を目標に、国立研究開発法人科学技術振興機構の資金を活用して「健康“生き活き”羅針盤リサーチコンプレックス」に取り組んでいる。ビジネスの種となる技術の創出をめざし、未病指標を開発するとともに、神戸市とともに市民PHR事業のシステム開発などを推進している。

「神奈川県ヘルスケア・ニューフロンティアの取組」

〔 神奈川県政策局ヘルスケア・ニューフロンティア推進本部室長 藤澤 恭司 〕

超高齢化社会の到来に備え、健康寿命日本一、新たな市場・産業の創出をめざし、ヘルスケア・ニューフロンティア政策を推進している。

政策の中心は、健康と病気の間を連続的に変化するものとして捉える「未病」概念の普及を進め、健康への意識改革による行動変容や企業の商品開発などを促すことであり、疾病リスクを見える化する「メタボリクス指標」などの未病指標の作成、活用などに取り組んでいる。

また、未病の改善のため各個人への最適な医療、主体的な健康管理の実現をめざし、各個人が自分の健康情報をパソコンやスマートフォンで管理できるアプリケーション「マイME－BYOカルテ」を運用している。このカルテの普及拡大に向け、蓄積データの災害時活用や、ラインをはじめ様々な民間アプリ、国のマイナポータルとの連携などの取組を進めている。

「花王のヘルスケア事業と弘前COI社会実装での取組」

〔 弘前大学COI副拠点長、社会実装統括
花王株式会社エグゼクティブ・フェロー 安川 拓次 〕

花王のヘルスケア事業では、アカデミアの協力のもと内臓脂肪などの研究を進め、持ち運び可能な内臓脂肪計や一万人以上のデータから内臓脂肪の原因を特定するプログラムを開発した。また、研究成果をもとに社員食堂で「スマート和食」ランチを提供するなど、社員と家族の健康づくりを進めるとともに、全国の自治体など社会・地域の健康づくりにも活用している。青森県内の企業や弘前大学にも提供しており、その関係で花王も弘前大学COI（文科省革新的イノベーション創出プログラム）に参画している。

弘前大学COIは、青森県の短命県返上を旗印に、ゲノム情報から健診データ、社会環境データなど1千名のデータを14年間蓄積するとともに、京都大学や東京大学など多大学間連携によるビッグデータ解析体制を構築している。十数種の病気の3年後予測が可能となるなど、健康データ解析による新たな知見が得られている。

こうしたビッグデータの解析を個人にフィードバックし、日々の健康づくりに生かす「啓発型健診をコアとしたプラットフォーム事業」の構想を、他の民間企業とともに進めている。