
【巻頭言】

「簡単困難信用辛抱」・「桃栗三年柿八年」

澤田 亨¹⁾

1) 東京ガス健康開発センター

第6回運動疫学研究会は第5回健康支援学会年次学術集会とのジョイントカンファレンスとして2004年2月に福岡で開催されました。研究会では「健康づくりにおける運動疫学の課題と展望」というタイトルで教育講演をさせていただきました。このときの内容は別途、本誌に掲載していただきますので参考にいただければ幸いです。講演の最後に「運動疫学研究に関する私見」として「簡単困難信用辛抱」と「桃栗三年柿八年」という漢字ばかりで表現した私の考えを紹介させていただきました。この場ではこの2つを紹介させていただきます。

◇「簡単困難信用辛抱」

運動疫学研究のデザインは基本的には「簡単」なデザインだと思います。介入した群と介入しなかった群を追跡して比較する介入研究。最初の測定でグループ分けした後、じっと観察している追跡研究（コホート研究）。自分の興味ある分野の先行研究を3つばかり集めてきて参考にすれば机上では簡単にデザインできるものだと思います。しかし、デザインは比較的簡単でも、実施しようとするとなかなか簡単には実施できません。運動疫学研究の実施を「困難」にさせる要因の1つは、疫学が多くのヒト集団を対象にした学問だからだと思います。多くのヒト集団を対象にして研究するには研究フィールドのヒト集団から「信用」される必要があります。協同研究の場合は研究対象のヒト集団はもちろんのこと協同研究者からも「信用」される必要があります。2005年1月に開催された第15回日本疫学会学術総会の会長講演で会長の上島弘嗣先生（滋賀医科大学）が講演の最後に「信用は多年、決裂は一瞬」という旨の言葉をスライドに示されて、疫学研究における人と人との信用の大切さを強調されていました。先生は日本各地の保健所および住民との信用に基づき、国民のランダムサンプル集団を長期にわたって追跡されています（NIPPON DATA）。私も運動疫学研究を実施するために「信用」を大切にしてきました。1991年、恩師の田中宏暁先生（福岡大学）からDr. Blair（米国：エアロビクス研究所）の研究デザイン（有酸素能力とがん死亡）を紹介していただき、東京ガスでも同じデザインで研究できるかどうか確認されたことがあります。無理をすればすぐにも実施可能なデザインでしたが、田中先生には「死亡情報を取り扱うためには私が課長になるまで待ってください」とお願いしました。課長になるには10年程度必要でしたが、社内の死亡情報を研究として扱うには何よりも信用が大切だと考えていました。「信用」を築くためには「多年」が必要で、その間の「辛抱」が大切だと思います。（運動疫学者としての）読者のみなさんと（研究対象としての）ヒト集団との関係はさまざまだと思いますが、どのような関係であれ研究対象のヒト集団に対して、何年もかけて誠実なコミュニケーションをとっていくことが運動疫学研究の一步だと思います。研究対象のヒト集団に対してあせらず「辛抱」し誠実にそのヒト集団に貢献し続けることが大切だと思います。

◇「桃栗三年柿八年」

この言葉は「芽生えのときから、桃と栗とは三年、柿は八年たてば実を結ぶ」という意味だそうです。コホート研究をしている私にとってなんだか希望を与えられる言葉です。「辛抱して待っているとちゃんと実を結ぶんだな」と勇気づけてくれる言葉ですが、「種（たね）」を植えなければ三年待っても、八年待っても実を結ぶことはありません。日本人に適した運動指導や身体活動に関連する健康づくり政策を展開していくためには、日本人のヒト集団から収穫された桃や栗や柿が必要な状況です。桃や栗や柿の収穫を待っている人たちがたくさんいます。今年も運動疫学研究会のメンバーの多くが「信用辛抱」を心に、いろいろなヒト集団に「種」を植えていただくことを期待しています。