

9. 血圧、肥満度、喫煙、糖尿病の組み合わせが健康寿命に与える影響：

NIPPON DATA90

研究協力者 月野木ルミ（東京科学大学大学院保健衛生学研究科公衆衛生看護学分野 教授）
研究協力者 村上 義孝（東邦大学医学部社会医学講座医療統計学分野 教授）
研究分担者 早川 岳人（立命館大学衣笠総合研究機構地域健康社会学研究センター 教授）
研究分担者 門田 文（滋賀医科大学NCD疫学研究センター予防医学部門 准教授）
研究分担者 原田亜紀子（滋賀医科大学NCD疫学研究センター医療統計学部門 准教授）
研究協力者 喜多 義邦（敦賀市立看護大学看護学部看護学科 教授）
顧問 岡山 明（合同会社生活習慣病予防研究センター 代表）
研究代表者 三浦 克之（滋賀医科大学 NCD 疫学研究センター センター長・教授）
研究分担者 岡村 智教（慶應義塾大学医学部衛生学公衆衛生学教室 教授）
顧問 上島 弘嗣（滋賀医科大学 名誉教授）

要約

日本人における血圧値、肥満度、喫煙状況、糖尿病の組み合わせが与える 65 歳健康寿命への影響について検討した。方法は、NIPPON DATA90 の全国 300 地区約 7000 人の国民の 20 年間追跡データに基づき、65 歳健康寿命は多相生命表を用いて算出した。

その結果、II/III 度高血圧（収縮期血圧 ≥ 160 mmHg かつ/または 拡張期血圧 ≥ 100 mmHg）、肥満（II度：BMI ≥ 30.0 kg/m²）、現在喫煙、糖尿病（HbA1c $\geq 6.5\%$ 、かつ/または 糖尿病治療中）を全て併せ持つ男性における 65 歳健康寿命（12.9 年、95%信頼区間[CI]s：12.9-13.0 歳）は、これらの危険因子を全く持たない男性（健康寿命：22.6 歳、95%CI : 22.4-22.8 歳）の と比べて 9.7 歳短かった。II/III 度高血圧、肥満、現在喫煙、糖尿病を全て併せ持つ女性における 65 歳健康寿命（16.2 年、95%CI : 15.9-16.5 年）は、これらの危険因子を全く持たない女性（健康寿命：26.3 年、95%CI : 26.3-26.3 年）の と比べて 10.1 年短かった。危険因子と健康寿命の関連をみると、高血圧、現在喫煙、糖尿病は、健康寿命の短縮に影響を与えており、肥満度は低体重が健康寿命の短縮に影響を与えていた。低体重は病気の理由で痩せている場合もあること、肥満は普通体重と同等ですが、これはアジア人では肥満者の割合が欧米と比べて少ないため結果が表れにくかった可能性があり、結果の解釈には十分な注意が必要である。

本研究の成果は、健診結果に基づく保健指導や診療での活用や、各自治体の健康日本 21（第三次）に基づく自治体が行う健康づくりでの活用が期待される。

Comprehensive assessment of the impact of blood pressure, body mass index, smoking, and diabetes on healthy life expectancy in Japan: NIPPON DATA90.

Tsukinoki R, et al. *J Epidemiol.* 2025 Jan 11. doi: 10.2188/jea.JE20240298.

血圧、肥満度、喫煙、糖尿病の組み合わせと65歳健康寿命（年） NIPPONDATA90

		糖尿病なし				糖尿病あり						
		低体重	普通体重	肥満（I度）	肥満（II度以上）	低体重	普通体重	肥満（I度）	肥満（II度以上）	≤15.73	■	
男性	正常血圧	非喫煙	20.29	22.62	23.86	21.97	17.56	19.63	20.80	18.87	15.74-17.54	■
	正常血圧	過去喫煙	18.74	20.98	22.10	20.47	16.21	18.20	19.28	17.54	17.56-19.28	■
	正常血圧	現在喫煙	16.73	18.76	19.87	18.07	14.25	16.06	17.12	15.30	≥19.5	■
	正常高値/高値血圧	非喫煙	19.50	22.01	23.09	21.06	16.81	19.13	20.14	18.03		
	正常高値/高値血圧	過去喫煙	18.02	20.27	21.32	19.61	15.51	17.56	18.56	16.74		
	正常高値/高値血圧	現在喫煙	16.02	18.09	19.12	17.26	13.57	15.47	16.44	14.55		
	I度度高血圧	非喫煙	18.04	20.77	21.57	19.86	15.63	18.18	18.98	17.01		
	I度度高血圧	過去喫煙	16.56	18.88	19.70	18.42	14.33	16.48	17.29	15.74		
	I度度高血圧	現在喫煙	14.83	16.98	17.83	16.25	12.59	14.58	15.41	13.68		
	II/III度度高血圧	非喫煙	17.17	19.78	20.56	18.92	14.82	17.27	18.05	16.16		
	II/III度度高血圧	過去喫煙	15.73	17.96	18.76	17.53	13.57	15.63	16.43	14.93		
	II/III度度高血圧	現在喫煙	14.05	16.12	16.95	15.42	11.88	13.79	14.60	12.93		
女性	正常血圧	非喫煙	22.59	26.30	26.11	27.27	18.31	21.65	21.47	22.54	≤16.05	■
	正常血圧	過去喫煙	18.15	21.15	21.02	21.81	14.35	17.03	16.92	17.62	16.13-18.56	■
	正常血圧	現在喫煙	18.79	22.06	22.01	23.20	14.91	17.95	17.91	19.05	18.75-21.15	■
	正常高値/高値血圧	非喫煙	21.12	25.16	24.87	26.28	17.01	20.82	20.56	21.91	≥21.18	■
	正常高値/高値血圧	過去喫煙	16.89	19.82	19.64	20.34	13.24	15.85	15.70	16.32		
	正常高値/高値血圧	現在喫煙	17.62	21.27	21.18	22.53	13.87	17.31	17.26	18.50		
	I度高血圧	非喫煙	19.98	23.65	23.35	24.49	16.00	19.42	19.16	20.27		
	I度高血圧	過去喫煙	15.89	18.75	18.56	19.22	12.36	14.89	14.73	15.32		
	I度高血圧	現在喫煙	16.63	19.98	19.87	21.09	13.00	16.13	16.05	17.21		
	II/III度度高血圧	非喫煙	18.93	22.44	22.14	23.17	15.07	18.34	18.07	19.08		
	II/III度度高血圧	過去喫煙	14.98	17.76	17.56	18.18	11.57	14.01	13.85	14.40		
	II/III度度高血圧	現在喫煙	15.73	18.95	18.83	19.98	12.20	15.20	15.10	16.21		