

## 代表世話人より



国立長寿医療研究センター  
副院長 荒井 秀典

代表世話人の荒井秀典です。研究会のニューズレター第一号を発行します。日本サルコペニア・フレイル研究会が発足して、1年を経過しました。昨年10月の第1回の研究発表会には420名以上の方に参加いただき、予想をはるかに超える盛り上がりを見せました。現時点で入会者も238名となり、研究会としてさらに発展するよう全力で取り組みたいと思います。今年も10月4日に昨年と同じ東京大学伊藤国際学術研究センターにおいて、第2回目の研究発表会を開催します。皆様、ふるってご参加ください。



## 研究会設立の経緯

世界的に社会の高齢化は大きな問題となっていますが、高齢者の機能障害(Disability)や要介護に至ることを予防するためには、疾病の管理とともに老年症候群の管理が重要です。なかでも生活機能障害を招き、健康長寿の妨げになるものとしてフレイル(Frailty)やサルコペニアが近年非常に注目されています。フレイルは高齢期に生理的予備能が低下することでストレスに対する脆弱性が亢進し、機能障害、要介護状態、死亡などの不幸な転機に陥りやすい状態とされ、生理的な加齢変化と機能障害、要介護状態の間にある状態として理解されていますが、その定義、診断基準については世界的に多くの研究者たちによって議論が行われているにもかかわらず、コンセンサスが得られていないのが現状です。一方、サルコペニアは1989年Rosenbergによって提唱された概念であり、加齢に伴って筋肉が減少する病態ですが、握力や歩行速度の低下など機能的な側面をも含めた概念です。サルコペニアが進行すると転倒、活動度低下が生じやすく、フレイルが進行して要介護状態につながる可能性が高くなり、高齢者の運動機能、身体機能を低下させるばかりでなく、生命予後、ADLを低下させてしまう場合が多く、その対策が必要です。すなわち、サルコペニアはフレイルの一つの重要な要因ともいえます。

フレイルやサルコペニアの概念は比較的新しく、しかも一般の医療・介護専門職における認知度が低いために、適切に必要な介入が行われていないのが現状です。従って、その重要性を周知し、病態、疫学、介入法などについてエビデンスを構築することが喫緊の課題となっています。昨今、フレイル、サルコペニアに関する関心が多く領域で高まりつつあるにもかかわらず、その研究は部分的な興味に集中する傾向があり、多領域の医療・介護専門職、研究者の情報交流による研究の展開が期待しにくい現状にあるといえます。従って、日本サルコペニア・フレイル研究会を設立することにより、そのような情報交流を活性化し、加齢による影響を見据えたサルコペニア、フレイルの時間軸の推移をそれぞれの病態を整理して、診断基準及び介入法を確立し、国民の福祉に資することが喫緊の課題であると思います。

本研究会においては、老年医学のみならず、内科学、整形外科、栄養学、代謝学、リハビリテーション医学、運動生理学、歯科・口腔外科学など多くの臨床・基礎研究分野におけるフレイル、サルコペニアに関する研究の発展を目指すとともに、医師のみならず、管理栄養士、療法士、看護師、薬剤師、社会福祉士など様々な医療・介護専門職及び基礎医学分野の研究者との交流の場として本研究会を組織することにより、ますます深刻化する社会の高齢化に向けた対策の一助としたいと思います。このような趣旨にご賛同いただき、日本サルコペニア・フレイル研究会に入会いただきますようお願いいたします。

研究会ホームページ(<http://jssf.umin.jp/index.html>)に全文記載

## 第2回研究発表会開催案内

第2回日本サルコペニア・フレイル研究会研究発表会

【テーマ】

ロコモティブシンドロームの現状と対策

【会期】

2015年10月4日(日)

【会場】

東京大学伊藤国際学術研究センター

【プログラム(予定)】

特別講演

『サルコペニア、フレイルとロコモティブシンドローム』

シンポジウム

『ロコモティブシンドロームとサルコペニア、フレイルとの関係』

共催(ランチョン)セミナー、一般演題(ポスター)、企業等展示

【参加予定人員】

約400名

## ロコモティブシンドロームの現状と対策

ホームページ開設中!



会期 2015年10月4日(日)

会場 伊藤国際学術研究センター

〒113-8654 東京都文京区本郷7-3-1 Tel: 03-3812-2111 (代)

世話人代表 田中 栄 (東京大学医学部整形外科)



## Conference Report

### 第10回長寿医療研究センター国際シンポジウム

本シンポジウムは、現代老年学の二大テーマであるフレイルと認知症に関する最近のトレンドと今後の治療の方向性(Frailty and Dementia -Current Trends and Future Treatments-)というタイトルで、2015年2月7日、あいち健康プラザにおいて開催され、200名以上の参加者を得て、熱気にあふれるシンポジウムとなった。フレイルと認知症という高齢者の心と体の自立を損なう老化の表現型の中で、フレイルに関しては、身体的フレイルの主要病態であるサルコペニアから我が国で提唱されたロコモティブシンドロームまで、米国、台湾の代表的な研究者、国内の新進気鋭の研究者によって現代の老年医学の主要課題が示された。午後の部は、認知症と大脳白質病変に関して、その意義とリスクについて、米国とイタリアの代表的な研究者、国内の第一人者である研究者によって、白質病変と病理、病因、アウトカム、認知機能低下、睡眠、血圧変動との関連、さらに、それらの予防ケアなどについて、最新の情報が示された。2016年も2月に第11回目の国際シンポジウムが開催される予定である。

長坂

## 論文紹介

Cruz-Jentoft AJ, et al: Prevalence of and interventions for sarcopenia in ageing adults: a systematic review. Report of the International Sarcopenia Initiative (EWGSOP and IWGS). Age Ageing 43: 748-759, 2014.

International Sarcopenia Initiative (ISI)の報告論文を紹介します。ISIはEWGSOP(高齢者のサルコペニアに関する欧州ワーキンググループ)に、荒井秀典先生などアジアと北米との研究者が参加したサルコペニアの国際組織です。この論文では、EWGSOPの診断基準を用いたサルコペニア研究の系統的レビュー論文を行っています。地域在宅高齢者の1-29%、長期ケア施設の14-33%、急性期病院の10%にサルコペニアを認めました。運動介入で筋力と身体機能が改善する中等度の質のエビデンスがあります。一方、栄養介入に関するエビデンスは、はっきりしません。しかし、2.5gのロイシンを含んだ必須アミノ酸やHMB( $\beta$ -ヒドロキシ $\beta$ -メチル酪酸)の投与は、筋肉量と身体機能の改善に有用という報告があります。たんぱく質投与は、筋肉量と身体機能の改善に一貫した効果を示しませんでした。ガイドライン作成の前に、質の高い運動や栄養の介入研究が必要です。

若林 秀隆

## 第1回 日本サルコペニア・フレイル研究会研究発表会 ハイライト 2014. 10. 19 東京大学

2014年10月19日、おそらく後々に語り継がれるであろう記念碑的な第1回研究発表会が東京大学で開催された。参加者は主催者の予想をはるかに(200人以上も)上回る425人に上った。会場(東京大学伊藤謝恩ホール)が最大400人収容のため立ち見が多数。約6割が医師を含む老年医学やスポーツ医学関連の大学関係者、次いで歯科医師や管理栄養士、リハビリ職種、看護師、歯科衛生士などの多職種の参加であった。メディアやメーカーの参加も多数であった。準備したランチの不足ため、一部の参加者にファストフードのハンバーガーセットの提供となったことも、後世に語り継がれるエピソードの1つとなった。



白熱した議論が交わされたポスターセッション

会場は文字通り熱気に包まれていた。質疑応答はすさまじく、サルコペニアとフレイルに関してレベルの高いやり取りが講演のたびにいくつも交わされた。それもそのはず。演者も聴講者もこの分野のベースとなる原著論文の著者が勢揃いしていた。冒頭では代表世話人の荒井秀典先生より、研究会の趣旨と社会貢献の必要性についての強いメッセージを語られた。

プログラムは、午前のシンポジウムにおいて5演題(小川純人先生、谷本芳美先生、真田樹義先生、海道利美先生、金憲経先生)が企画され、サルコペニアの病態、疫学、診断、肝移植における意義、介入について、最新のデータをまじえたすばらしい講演がなされ、ディスカッションも大変盛り上がった。ランチオンセミナーが2演題(神崎恒一先生、石橋英明先生)が企画され、その後の基調講演では国立長寿医療研究センター鈴木隆雄先生より、フレイルの意義についての格調高い講演をいただいた。60演題、12セッションによるポスター発表も、初回の研究会とは思えないほどレベルが高く、議論も白熱し、これからの発展が楽しみな研究会となった。



研究会と同時開催の第1回世話人会の集合写真

最後のスポンサーシンポジウムでは、島田裕之先生、山田実先生、吉村芳弘、乾明夫先生、関根里恵先生により、フレイルの疫学やサルコペニア、フレイル、カケキシアに対する栄養と運動の多角的アプローチについて、最新の研究内容を交えての講演とディスカッションがなされた。総括として、今回は1日のプログラムであったが、非常に中身の濃い未来志向の研究会となった。

吉村芳弘

## 関連学会

第52回日本リハビリテーション医学会学術集会

2015年5月28日~30日、朱鷺メッセ(新潟)

第29回日本老年学会、第57回日本老年医学会学術集会

2015年6月12日~14日、パシフィコ横浜

第16回アジア静脈経腸栄養学会(PENSA)

2015年7月24日~26日、名古屋国際会議場

第70回日本体力医学会大会

2015年9月18日~20日、和歌山県民文化会館

第5回日本リハビリテーション栄養研究会学術集会

2015年11月28日 広島

8<sup>th</sup> Conference on Cachexia, Sarcopenia and Muscle Wasting

2015年12月4~6日、フランス パリ

## 研究会の今後について

サルコペニアに関しては、様々な分野において認知度が上がってきているのを感じております。一方、フレイルについては、その概念が議論されるようになって、30年近くになりますが、フレイルという名称については、2014年に日本老年医学会が提唱してから、まだ1年しかたっており、認知度はまだまだのように思います。会員の皆様とともに、これからの健康寿命の延伸に向けて、サルコペニア、フレイルの概念、対策について啓発を行っていきたく思いますので、ご協力をお願いいたします。また、サルコペニア、フレイルはいずれも病名として認められておらず、その診断、治療法の確立のためにも、様々な分野の方々のお知恵をいただきながら、活動していきたく思います。よろしくごお願い申し上げます。

荒井秀典

事務局: 日本サルコペニア・フレイル研究会

国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター 副院長室

〒474-8511 愛知県大府市森岡町7丁目430番地

TEL: 0562-46-2311(6221)

ニュースレター編集 吉村芳弘