

第6回日本サルコペニア・フレイル学会大会の準備状況について



第6回日本サルコペニア・フレイル学会大会長
新潟大学大学院医歯学総合研究科
整形外科学分野 教授

遠藤直人

この機会を有用に活用していただき、新しい知見をとりいれていただき、日々の診療、活動に生かしていただけることを願っております。

2019年11月9日（土）10日（日）、新潟市朱鷺メッセにて開催します。テーマは「百寿のためのサルコペニア、フレイル、ロコモ対策」です。

フレイル（身体的フレイル、精神・認知フレイル、社会的フレイル）、ロコモ、サルコペニアが近年注目されております。特に身体的フレイルとロコモは大まかに重なっているところもあるものの、身体的なフレイルは回復が期待できる（可逆性）状態で、ロコモは可逆性から不可逆な状態までを含んでいます。今後、実際の症例を分析することにより、ロコモや身体的フレイルのそれぞれとその関連についての報告が集まってくるものと思います。

高齢者社会の日本においてサルコペニア、フレイル、ロコモは目指しているところはいずれも「寝たきりゼロ、健康寿命延伸」です。該当者の評価、それに基づく介入・対策を進めていくことが重要です。

本学会ではそれぞれのエキスパートの方々にご講演いただけることになっております。様々な課題を議論するシンポジウムも準備しております。



サルコペニア・フレイル指導士の申請方法について

サルコペニア・フレイル指導士の申請を2019年4月1日から受け付けておりますが、申請の仕方がわかりにくいという声も伺っております。今回のニュースレターは、申請方法を整理してお伝えする機会として発行予定を早めて頂きました。関係の先生方には紙面をお借りして感謝を申し上げます。申請期間は5月31日までとなっておりますので、資格申請をお持ちの方にはぜひ申請をお願いしたいと思います。以下に申請の手順を記載します。

<申請の手順>

- ① サルコペニア・フレイル学会ホームページ左上の黄緑色のタグから「会員専用」をクリックする。
- ② ログインIDとパスワードを入れる。
- ③ 会員メニューの中の「資格認定申請」をクリックし、「サルコペニア・フレイル指導士（暫定期間）2019年度 サルコペニア・フレイル指導士申請テスト」の左の「申請」をクリックする。
- ④ 上記の必要事項を準備し、各申請項目に必要書類をアップロードする。
 - ・「申請書」、「推薦書」、「活動報告書(※)」、「受講証明書貼付用紙」は、学会ホームページの「サルコペニア・フレイル指導士に関して」のタグを開くと、申請書類としてダウンロードできるようになっています。
 - ・各自の資格証明書（医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士・・・等）の写しはPDFファイルまたはJPEGにてアップロードして下さい。

※活動報告書の形式はA・Bの2通りありますが、合計3例のうち組み合わせは自由です。

- ⑤ 審査料の振り込みは下記の通りです。

【振り込み先】 下記いずれかの方法で審査料5,400円（税込み）をお支払い頂き、写しをご提出ください。

※振込手数料はご負担ください。クレジット決済は対応しておりません。

- 郵便振替口座：00850-0-0136793 一般社団法人日本サルコペニア・フレイル学会
- ゆうちょ銀行：支店：〇八九 当座預金 口座番号：0136793
名義：一般社団法人日本サルコペニア・フレイル学会

- ⑥ 指導士申請テストを受けてください（2回チャレンジできます）。

- ⑦ すべてを登録完了し済みになると申請が可能となります。

*尚、受講証明書の貼付用紙には、学会参加証の貼付欄もありますが、暫定期間中は、学会参加されていなくても申請ができますので、受講証明書のみ貼付してください。

<申請期間>

- 2019年4月1日～5月31日(24:00まで)

<合否判定通知時期>

2019年秋の学会理事会にて承認後の通知を予定



日本サルコペニア・フレイル学会認定指導士制度委員会 委員長
国立長寿医療研究センター
佐竹 昭介

2020年3月11日から13日までフランスのツールズで、International Conference on Frailty and Sarcopeniaが開催されます。ツールズはレンガ造りの建築物が点在する2000年以上の歴史を誇る古都であり、ローマ帝国時代を彷彿とさせる町並みが残っていますが、エアバス社の本社がある町としても有名です。まだ、主要なプログラムの発表はありませんが、抄録の締め切りは10月29日となっております。サルコペニア、フレイルに関する最新の成果が発表されますので、ふるってご参加ください。

<https://frailty-sarcopenia.com/>



日本サルコペニア・フレイル学会
代表理事
国立長寿医療研究センター
理事長
荒井 秀典

ACFS2019

第5回のアジア・フレイルサルコペニア学会（ACFS）が2019年10月22日より24日の3日間台北で開催されます。ホームページは以下のアドレスとなっております。

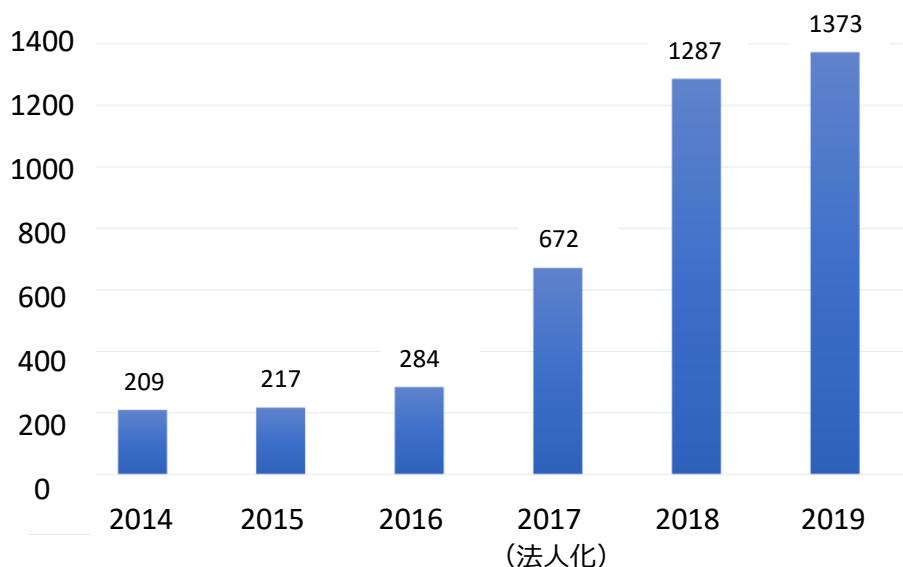
<http://www.acfs2019.com>

ACFSはこれまで2日間の開催でしたが、今回は欧米からの招待演者を多く招くとともにAWGSの改訂内容の発表がある予定であり、3日間の開催となっております。AWGSの改訂内容は最終日に発表されますが、海外からはJean-Pierre Michel教授、John Morley教授、Alfonso Cruzu-Jentoft教授、Stephan von Haehling教授、Francesco Landi教授など、フレイル、サルコペニア領域で名の通った方々が基調講演を行う予定です。演題登録はすでに始まっておりますので、ふるってご参加ください。

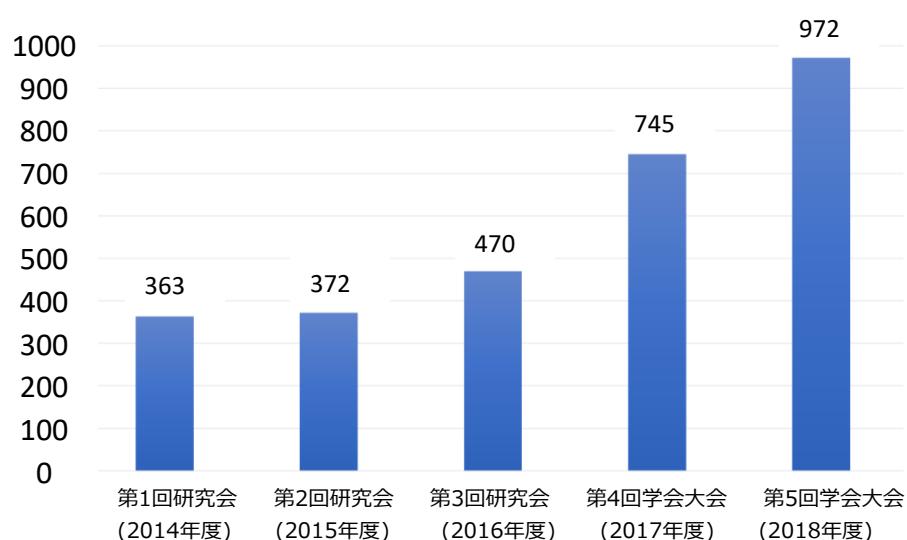
日本サルコペニア・フレイル学会の会員数推移、大会参加者推移について

本学会は平成26年3月1日に日本サルコペニア・フレイル研究会として発足し、初年度の会員数は209名であったが、平成28年9月30日に現在の日本サルコペニア・フレイル学会となった。会員数は平成29年から30年にかけて、倍増し、1200名を超えた。現在は約1400名の会員数となっている。一方、学術大会の参加者数は研究会であった第1回から第3回までは400名前後であったが、学会化した第4回からは745名、第5回972名と当初の3倍近い参加者数となっている。

日本サルコペニア・フレイル学会の会員数



研究会・学会大会参加者数について



EWGSOP2 修正点

サルコペニアのヨーロッパの定義とコンセンサス論文であるEWGSOP2に一部修正がありました。女性の筋肉量 (ASM/height²) のカットオフ値がもとは<6.0kg/m²でしたが、<5.5kg/m²となりました。アジアの基準であるAWGSは、女性 <5.7kg/m² (BIA)、<5.4kg/m² (DXA) であり、近い数字になりました。

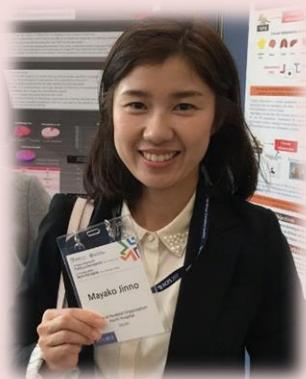
Cruz-Jentoft AJ, et al. Sarcopenia: revised European consensus on definition and diagnosis. Age Ageing.2019.

書籍紹介 「サルコペニア診療実践ガイド」

「サルコペニア診療実践ガイド」が日本サルコペニア・フレイル学会より2019年3月に発行されました。2017年12月に発表されたサルコペニア診療ガイドラインと同じく、内容は定義、診断から介入までがまとめられています。しかし、ガイドラインが文献レビューによる学術的な側面で作られているのに対し、今回の「サルコペニア診療実践ガイド」は臨床家にも分かりやすく、

図やイラストを組み入れ比較的やさしい言葉で構成されています。

昨今、サルコペニアという言葉自体は市民権を得たように思われますが、病院や施設などの現場ではまだまだ疾患に対する治療として十分に介入できていない場面があるように見受けられます。本書は、2次性サルコペニアについて職場の新人や他部署のスタッフに紹介する際に参考にし、サルコペニアに対するアプローチの連携を進めるために活用できます。必要栄養量の計算式や部位別の筋トレ方法と回数といった具体的な内容も盛り込まれているので、患者さんや利用者さんに説明する際にもオススメの一冊です。



国立病院機構高知病院
リハビリテーション科
神野 麻耶子



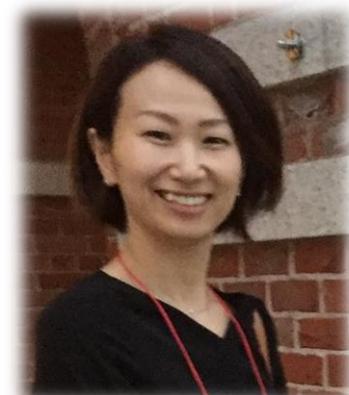
論文紹介

「高齢者における食事パターンと骨格筋の健康、サルコペニアとの関連」

Granic A, et al. Dietary Patterns, Skeletal Muscle Health, and Sarcopenia in Older Adults. *Nutrients*. 2019;30;11(4). pii: E745. doi: 10.3390/nu11040745.

サルコペニアやフレイル予防に対する食事内容については様々な論文が発表されています。今回ご紹介する論文は、地中海食に焦点を当て栄養疫学の観点から食事のエビデンスをまとめたものです。優れた食事パターン（地中海食）では、下肢機能の向上、可動性、歩行速度の向上、および経時的な衰退の減少との関連が認められ、サルコペニア症状のリスクが低く、脆弱性および機能障害のリスクが低いことが明らかになりました。また、食事による「筋保護」の考え方について仮説を立てて紹介しています。地中海食は、複数の食事成分および経路から生じるさまざまな

作用機序を通じて「筋保護」効果を発揮する可能性があると考えられています。しかしながら、エビデンスはまだ不十分です。より高いレベルのエビデンスに到達するためには、高齢者の様々な集団を対象とした長期追跡調査が望まれます。



NTT東日本関東病院
栄養部
上島 順子