

2022 年度
創発的研究支援事業 年次報告書

| | |
|--------|--------------------------------|
| 研究担当者 | 田原 優 |
| 研究機関名 | 広島大学 |
| 所属部署名 | 大学院 医系科学研究科 公衆衛生学 |
| 役職名 | 准教授 |
| 研究課題名 | テーラーメイド時間健康科学の確立 |
| 研究実施期間 | 2022 年 4 月 1 日～2023 年 3 月 31 日 |

研究成果の概要

概日時計（体内時計）や睡眠の乱れは生活習慣病などの健康被害に直結することから、日々、規則正しい生活を維持することが健康維持には重要となる。一方で、この便利な現代社会において、どうしても不規則な生活になってしまいがちである。また、睡眠習慣は若い人であったり、クロノタイプが夜型な人ほど乱れやすい。そこで本研究課題では、ライフステージや性別、遺伝的背景などの個人差を意識しながら、健康を継続できるような健康管理アルゴリズム、システムの開発を目指す。その課題に向けて Phase1 では、人々に健康法を提案できるような、トランスレーショナル研究を動物実験、ヒト調査研究を用いて行っていく。これらの研究から、新たに時間健康科学を創出することで、概日時計の基礎研究を社会に還元することを目指す。本年度は、子どもの睡眠習慣における男女差、クロノタイプによる食習慣の差、カルシウムの摂取タイミングによる吸収の差、について論文化した。また、広島大学医学部に 4 月に異動し、ラボのセットアップを完了した。22 年後期には、動物実験、細胞実験、疫学研究ができる環境が整い、学生、技術職員を含め 5 名の研究体制を確立することができた。