

# 疾病予知予防プロジェクトセンター

The Center for Community-based Health Research and Education (CoHRE)

## 研究テーマ名

### 減塩プロジェクト～脳卒中・心血管疾患の減少を目指して～

Salt Reduction Project, aiming to reduce the incidence of stroke and cardiovascular diseases

#### グループ紹介

研究代表者：磯村 実（医学部・准教授）  
センター長：並河 徹（医学部・教授）  
木島 庸貴（医学部・助教）  
赤井 研樹（戦略的研究推進センター・助教）  
武田 美輪子（戦略的研究推進センター・専任研究員）

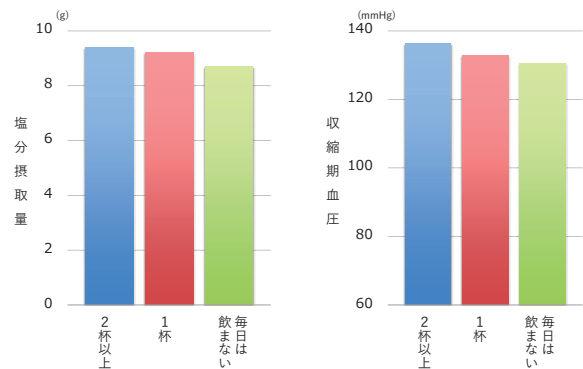
Leader : Minoru Isomura (Associate Professor, Faculty of Medicine)  
Director : Toru Nabika (Professor, Faculty of Medicine)  
Tsunetaka Kijima (Assistant Professor, Faculty of Medicine)  
Kenju Akai (Assistant Professor, Center for the Promotion of Project Research)  
Miwako Takeda (Senior Researcher, Center for the Promotion of Project Research)

#### 概要

日本人の半数以上は塩分を多く摂り過ぎています。塩分摂取量が多いと血圧が高くなり、脳卒中や心血管疾患の引き金にもなってしまいます。本プロジェクトでは、住民の塩分摂取の現状把握を行い減塩のための方法を探索しています。また塩分味覚と塩分摂取量との関連について分子生物学的な観点から解析を行っています。経済学的な観点から減塩の価値についての解析も行い、減塩が社会に根付くための研究を行っています。

More than half of the Japanese consume excess amount of salt, which may lead to hypertension and in turn may lead to stroke or cardiovascular diseases. In this project, we investigate salt consumption of local residents to explore the way to reduce a salt intake. We perform molecular biological analysis to investigate the relationship between the salty taste and the amount of a salt intake. We expand this study on the salt intake to the socio-economic field and investigate the economic value of reducing salt in diet and how to heighten the motivation of reducing a salt intake to improve the quality of life.

みそ汁を飲む回数と塩分摂取量・血圧



#### 特色 研究成果 今後の展望

島根県内の3市町にて実施した約3,000人を対象とした調査では男性の1日塩分摂取量は9.1グラム、女性は8.8グラムでした。食習慣アンケートを行った結果、①みそ汁を飲む回数、②漬け物を食べる回数、③調味料の使用頻度、④麺類の汁を飲む量、と塩分摂取量に関連が強くみられました。また味覚試験紙を用いて塩味の味覚感度を調査した結果、塩味の味覚感度が低下している人では有意に塩分摂取量が高いことが示されました。これらの結果から減塩のための食習慣の改善点が示されました。また、ラットの系統間で塩味の嗜好性に違いがあることが示されました。このことは塩味の嗜好性に遺伝的な要因が関与していることを示唆するもので、今後関連する遺伝子の同定やヒトでも同様に遺伝的な要因が関与しているかどうかを調べていきます。

#### 社会実装 への展望

行政が実施する保健事業、健康増進を目指したヘルスケアビジネス、健康食品の開発などへの応用が期待できます。