

## 加齢や生活習慣と健康の関連性を探るため、 約1,500名の生体・健康データを収集・解析

— 第80回日本栄養・食糧学会にて発表 —

サントリーウエルネス（株）生命科学研究所は、加齢や生活習慣と、健康状態との関連について、約1,500名の成人男女の生体・健康データを収集・解析しました。研究成果は5月16日（土）に、第80回日本栄養・食糧学会で発表しました。

### ▼発表演題

「加齢や生活習慣とウエルネス指標の観察データ解析」

- ・グルコサミン塩酸塩、コンドロイチン硫酸、ケルセチン配糖体摂取と生体指標
- ・日本人のヒト血液における細胞老化マーカーp16と生体指標の関連性
- ・機械学習とSHA P解析を用いた疲労感と関連する因子の包括的評価

### ▼発表者

サントリーウエルネス（株） 生命科学研究所

鈴木康介、荒木千絵、長縄貴清、藤本和希、安本啓甫、得田久敬、竹本大輔、未安俊明、出雲貴幸、中尾嘉宏

### ▼研究の背景

サントリーウエルネス（株）は、健康食品や化粧品・美容商品を年間200万人超のお客様に通信販売にてお届けしています。生命科学研究所では、これらのお客様との継続的な接点を活用し、生活習慣と心身の健康状態の関連を継続的に記録・分析することで、いくつになっても、誰もが自分らしく人生を輝かせ続けられる社会の実現に貢献したいと考えました。

## ▼試験方法

サントリーウエルネス（株）商品を定期購入いただいているお客様、および一般の方々から被験者を募集。サントリーウエルネス（株）のお客様約1,000名を含む、約1,500名の成人男女<sup>※1</sup>を対象に、関東・関西の2カ所にて調査を実施しました。本調査では、検査やアンケート調査を通して、約3,800項目にわたる生体データ（血液・尿・唾液等）・健康データ（食事・運動をはじめとした生活習慣、運動機能、認知機能等）を収集・解析しました。

※1 20-80代、平均年齢60.1歳

## ▼研究期間

2023年6月-2026年1月

## ▼結果

### ・「グルコサミン塩酸塩、コンドロイチン硫酸、ケルセチン配糖体摂取と生体指標」について

グルコサミン塩酸塩、コンドロイチン硫酸、ケルセチン配糖体の3成分を含むサプリメントの摂取期間が1年より長い（中央値：2.3年）被験者は、摂取期間が1年以下（中央値：0.7年）の被験者に比べ、膝の違和感や、日常生活における歩きやすさの体感、および睡眠スコアが良好でした。これにより、上記3成分を含むサプリメントの長期摂取と、膝や睡眠の良好な状態の関連が示唆されました。

### ・「日本人のヒト血液における細胞老化マーカーp16と生体指標の関連性」について

細胞老化マーカーであるp16は、日本人においても加齢とともに増加することが確認されました。また、p16の発現量が高い被験者では、細胞老化の進行と関連すると考えられているテロメアGテール長<sup>※2</sup>が短く、細胞の炎症指標の発現量が高いことが明らかになりました。

※2 染色体の端にあるテロメアの先端で、端から少し飛び出した部分（Gテール）の長さ。Gテールとは、最も端にある1本だけのDNAのこと。

### ・「機械学習とSHA P解析を用いた疲労感と関連する因子の包括的評価」について

これまで特定が難しかった疲労感の要因について、生体・健康データとAI解析を組み合わせることで、運動や睡眠などの身体的因子だけでなく、孤独感や周囲との関係性などの精神的因子も関連することが示唆されました。さらに、疲労感は複数の因子の組み合わせによって引き起こされ、疲労感の要因は個人によって異なることも示唆されました。また、本演題は「日本栄養・食糧学会トピックス賞<sup>※3</sup>」を受賞しました。

※3 話題性や実用性の高い研究成果を広く社会に公開することを目的に表彰される賞で、本年は25演題が選出された

#### ▼今後について

本研究は、サントリーウェルネス（株）がお客様との継続的な接点を活用し、加齢や生活習慣が健康状態に与える影響について明らかにする中長期の研究プロジェクト「ウェルネスライフ研究」の一環です。今回はその第一期の研究成果です。本プロジェクトを通して、大規模な生体・健康データの収集・解析の仕組みを構築するとともに、研究成果は今後の商品・サービス開発に活用し、人々のウェルネスな生活の実現に貢献していきます。

#### ●日本栄養・食糧学会について

日本栄養・食糧学会は、栄養科学ならびに食糧科学に関する学理および応用の研究についての発表、知識の交換、情報の提供を行うことにより、栄養科学、食糧科学の進歩普及を図り、わが国における学術の発展と国民の健康増進に寄与することを目的として1947年に設立されました。会員数は3,500名を超え、栄養・食糧科学に関する規模の大きな学会です。

以 上

## 水と生きる SUNTORY

---

自然と水の恵みに生かされる企業として、貴重な水資源を守ること。

さまざまな企業活動を通じて社会に潤いをもたらし、社会にとっての水であること。

社員一人ひとりが水のように自在にしなやかに挑戦できる会社であること。

「人間の生命（いのち）の輝き」をめざす想いを、「水」に託して伝えるメッセージです。