

平成29年10月25日 (水) rakra

弘前大学COIプロジェクトによる、社会実装事例の一つ「健康レシピコンテスト」。  
楽天が運営する「楽天レシピ」を通じて、中路重之特任教授と、料理家・浜内千波氏  
による監修のもと、油・糖・塩の3つを減らすレシピの普及を推進している。写真は、  
浜内千波先生のレシピ「キャベツでしっとり!鶏むね肉の蒸し焼き」。そのほか様々な  
レシピがウェブサイトで紹介されている。  
おいしく減塩! 高血圧予防! 3ダウンレシピ (楽天レシピ)  
<https://recipe.rakuten.co.jp/category/39-705/topics/>

国立大学法人  
弘前大学の  
地域貢献

[Hirosaki University]



## 「COI STREAM」 全国12拠点の1つ

青森県弘前市の「弘前大学」は、北東北地域の総合大学のひとつとして、地域活性化の中核的拠点の役割を担っている。医学の分野でも、その役割を果たしながら、優れた研究を続けている。なかでも、最近特に注目されたのは、「岩木健康増進プロジェクト」だ。大学院医学研究科社会医学講座・中路重之特任教授が中心となつて始めたこのプロジェクトは、平均寿命が日本一短い青森県の短命県返上を目標に掲げ、弘前大学と行政が平成17年から実施。弘前市・岩木地区の住民を対象に、大規模住民健康調査を毎年行っている。健診によって得られた健康情報は延べ約2万人以上。健診項目も2000項目超と、世界に類をみない、超多項目健康ビッグデータである。このデータを解析することで、認知症や生活習慣病などの病気の予兆発見の開発や予防法を開発する研究と事業化に取り組んでいるのが、弘前大学COIだ。

COIとは、文部科学省による「革新的イノベーション創出プログラム」のこと。弘前大学は、平成25年に、全国12の拠点(現在は18拠点)の一つに選ばれた。弘前大学COI拠点が発足すると、「岩木の健康ビッグデータから何か画期的なことが見出されるのではないかと」と、日本中から期待がかかった。「選ばれたことは、この上ない名誉」と中路特任教授は話す。大手のヘルスケア関連企業等が相次いで事業に参画している。拠点発足の3年後には、科学技術振興機構の中間評価で、医療・健康分野で唯一の「最高評価S」を獲得した。

1\_「岩木健康増進プロジェクト」健診の様子(弘前市岩木地区)。医師や学生、企業、自治体、住民など総勢2~300人のスタッフが、10日間をかけて行う。調査対象は20~93歳。1人あたり所要時間は5~7時間(小・中学生も別途実施)。2\_健康増進アプリケーション「健康物語」は、COI拠点に参画する弘前市のマルチコンピュータサービスが開発。企業(団体)による健康教育を目的としたアプリだ。3\_弘前市の栄研が、弘前大学と共同で健康な食事普及事業に取り組み、提供する「まめしい弁当」。まめ(み)しいとは、津軽弁で健康を意味する。塩分控えめで低カロリーな弁当を、主に県内の中小企業に向けて販売している。4\_弘前大学COI拠点長(リサーチリーダー)、大学院医学研究科社会医学講座 特任教授、中路重之先生。5\_弘前大学教授、副理事(研究担当)、COI拠点戦略統括、村下公一先生

弘前大学COI  
<http://coi.hirosaki-u.ac.jp/web/index.html>



弘前大学

青森県弘前市文京町1  
 TEL 0172-36-2111 (代)  
<http://www.hirosaki-u.ac.jp/>



## 最先端の研究で地域を元気に

弘前大学がある青森県は、短命県を返上するため、さまざまな取り組みを行っている。取り組みのなかで高い評価を得ているのが、産学官民が連携して進める「弘前大学COI拠点」だ。国家的プロジェクトであるCOI拠点としての活動は、短命県の返上に役立ち、ひいては「寿命改革」をも巻き起こす。

COIプロジェクトを通じて  
 短命県返上を目指す

弘前大学副理事(研究担当)で、COI研究推進機構の村下公一教授に、COIが目指す「健康ビッグデータ解析による健康長寿社会の実現」について聞いた。

「具体的には、人工知能など最先端の技術を活用して、健康ビッグデータを解析します。すると、病気の発症をかなり早い段階で予測できるようになります。その予測に基づいて、病気になるらないためにどうすればよいかという一連の方法を考え出すことが、COIプロジェクトの大きな目的の一つです」。

県民の健康意識の改善も目的に掲げる。「短命県の一因に病気の発症が多いことがありますが、まずは、病気になるらないように予防することが大切です。そのためにも、県民一人ひとりが自分の健康上の問題を自覚し、意識を高め行動も変えること。例えば食事に気をつけたり、運動をしたり、休養をとったり。行動に促すことが短命県返上の必須要素であり、プロジェクトの重要な部分と考えています」。

そのためには、誰もが気軽に取り組めるコンテンツが必要となる。COIプロジェクトでは、イオンや花王、ライオンなど40社以上の企業と連携し、運動プログラムや健康レシピの開発など多様な切り口でコンテンツの提供も行っている。

COIプロジェクトでは世界規模の研究も視野に入れているが、テーマの根底にあるのは、「青森県の短命県返上」である。健康づくりの仕組みをつくり、地域の元気を創出しようと、同COI拠点は活動している。