

■世界骨粗鬆症デーのイベントを金沢、松本で開催しました

国際骨粗鬆症財団(IOF: International Osteoporosis Foundation)は10月20日を『世界骨粗鬆症デー: WOD (World Osteoporosis Day)』と定め、骨粗鬆症の啓発や教育のため世界各地で毎年様々なキャンペーンを展開しています。公益財団法人骨粗鬆症財団はこのキャンペーンの趣旨に賛同し、今までに日本各地でイベントを開催してきました。今年も昨年に引き続き金沢と松本の2箇所世界骨粗鬆症デーのイベント(WOD in 金沢, WOD in 松本)を開催しました。

◆WOD in 金沢

金沢では小松市で活躍されている書道家の森秀一先生に「骨」の字をデザインして頂いた大型タペストリーを、WODの認知度向上のために、9月下旬より金沢駅の玄関である「もてなしドーム」に今年も再掲示しました。森秀一先生の特徴的な「骨」の文字は、金沢市民の方々に印象深く残っていると思います。



金沢駅もてなしドームに掲げられた骨のタペストリー

WOD当日には、金沢駅前の金沢フォーラス1Fメインエントランスにて、骨量測定体験会を開催しました。一般市民を対象に先着100名の測定を予定しておりましたが、骨量測定への関心の高さからか、開始時間前から50名ほどが列を作り、最終的には200名を超える希望者の測定を行いました。測定結果を見て一喜一憂している姿が印象的でした。

また、北陸大学の文化系サークルや卒業した薬剤師の協力の下、健康と薬の相談会も開催しました。日ごろなかなか聞けない薬の効果や副作用などについて専門家から詳しく話を聞けて、ご自身が服用されている薬に関して知識を深めることができたことと好評でした。



左) 骨量測定体験会



右) 健康と薬の相談会

◆WOD in 松本

松本では一昨年から継続して、松本市、松本ヘルス・ラボとの共催で、WODイベントを行いました。WOD当日までのイベントとして、キャンペーンポスターを市内各所へ掲示しました。10月15日には松本市のマスコットキャラクター「アルプちゃん」が参加した松本駅前での骨粗しょう症疾患啓発資材の配布、イオンモール松本での骨量測定体験会や松本市保健師による骨の健康相談を実施しました。10月16～17日には松本市で毎年開催されている世界健康首都会議で骨粗しょう症啓発資材の配布や講演会を開催しました。10月19～20日は松本短期大学学園祭での骨量測定体験会を行いました。骨量測定体験会は両会場とも若い方からお年寄りまで多くの市民にご参加いただき、ご自身の骨量を知ることによって「骨への関心」を高めていただきました。そして、10月20日のWOD当日には国宝松本城をライトアップして締めくくりました。



松本駅前にてアルプちゃんとともに啓発資材を配布

両WODイベントの開催およびWODポスターの全国配布を通じて、10月20日が世界骨粗鬆症デーであることの認知向上につながりました。また、実際に自分の骨量を知ったり、配布資材を読んだり、健康相談会に参加したことによって、骨粗鬆症について考える良いきっかけになったと思います。なお、本キャンペーンは特別協賛の日本イーライリリー株式会社をはじめとして、多くの企業に賛助頂き実施しました。



国宝松本城ライトアップ

■ 日本骨粗鬆症学会にて、骨を守る会と財団の活動を 紹介するブースを設けました

骨粗鬆症財団では、全国各地の「骨を守る会」と共に一般市民の啓発活動を行っており、「全国骨を守る会」を組織しています。10月に神戸で開催された第21回日本骨粗鬆症学会において、各地の骨を守る会と私たち財団の活動を学会員の皆様方に広く知ってもらうために、ポスター会場にブースを設置しポスター展示と資料配布を行いました。

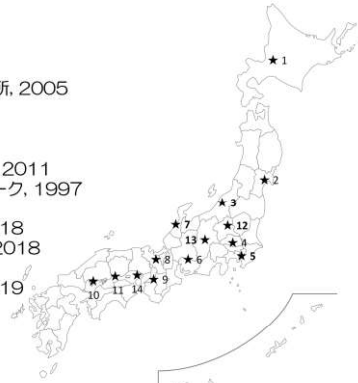


骨を守る会と骨粗鬆症財団の活動を紹介するためのブース

「全国骨を守る会」では、現在以下の14の団体が各地で活動しています。それぞれの骨を守る会が独自に行っている講演会、パンフレット配布や骨量測定体験会などの啓発活動内容をポスターにて紹介しました。互いの活動内容を知ることのできる新たな取り組みへの参考になったようです。また、学会員の皆様にも気軽に立ち寄り、自分たちの地域にある骨を守る会の存在を知るきっかけになりました。ぜひ学会員の皆様にも骨を守る会にご参画頂き、不幸な骨折を少しでも減らすために一般市民の啓発活動と一緒に取り組んで頂けると嬉しいです。

全国骨を守る会

1. 札幌骨を守る会, 2008
2. 仙台骨を守る会, 2016
3. 新潟骨を守る会, 2003
4. NPO法人高齢者運動機能研究所, 2005
5. 東京骨を守る会, 1999
6. 名古屋骨を守る会, 2005
7. 金沢骨を守る会, 2008
8. 認定NPO法人京滋骨を守る会, 2011
9. 骨粗鬆症,生活習慣病ネットワーク, 1997
10. 広島骨を守る会, 2015
11. NPO法人倉敷骨を守る会, 2018
12. NPO法人群馬骨ケアネット, 2018
13. 信州骨を守る会, 2018
14. NPO法人兵庫骨を守る会, 2019



全国骨を守る会連合会 (2012年設立) → 全国骨を守る会 (2018年改称)



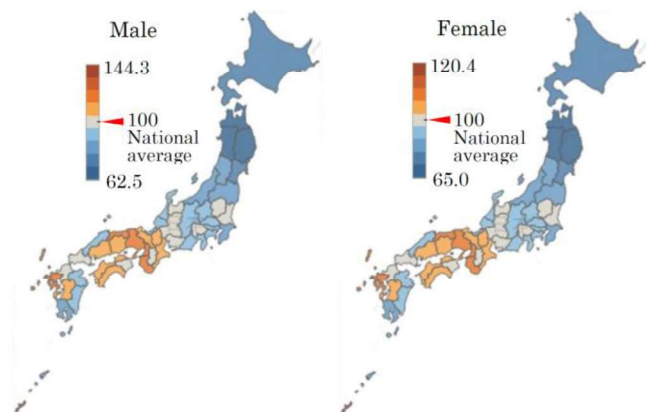
「骨を守る会」によるポスター展示

骨粗鬆症財団からは、現在取り組んでいる各種事業の内容をポスターにて紹介しました。普及啓発事業については、リーフレット、ポスターや動画など啓発資料の提供、医療機関と患者さんとの間で疾患情報を共有するための「骨粗しょう症連携手帳」の提供、2か月に1回メール添付にてお送りする骨粗鬆症情報紙「カノープス」、精度よくDXAで骨量測定するためのe-learningなど、学会員の皆様の日ごろの業務に役立ちそうなツールを紹介しました。



財団が普及啓発のために提供する資料やポスター

調査研究事業については、①我が国における大腿骨近位部骨折の発生状況の全国調査(田鎖愛理ら、第21回日本骨粗鬆症学会にて発表、口演86)、②ナショナルデータベースを活用した大腿骨近位部骨折の発生状況の解析(Tamaki J et al. Osteoporos Int. 30:975-983, 2019)、③厚労省公表データを活用した骨粗鬆症検診率の解析(山内広世ら Japan J Osteoporos Soc 4: 513-522, 2018)、④A-TOP研究登録の患者データを活用した解析(飯沼典雄ら、第21回日本骨粗鬆症学会にて発表、口演31)といった骨粗鬆症の発生率や検診率などの疫学研究結果を紹介しました。



NDB解析による男女別都道府県別の標準化大腿骨近位部骨折発生比(2015年) Tamaki J et al. 2019.

■ 2020年財団研究助成（アステラス・アムジェン・バイオファーマ協賛）の助成対象者が決まりました

- ・募集テーマ : 骨粗鬆症に関する臨床研究
- ・助成件数・金額 : 最大10件、1件当たり最大100万円
- ・募集期間 : 2019年8月1日～8月31日
- ・研究期間 : 2020年1月1日～12月31日
- ・応募件数 : 27題
- ・選考方法

応募書類から応募者の属性を削除し、4名の選考委員によるブラインド審査で、①骨粗鬆症研究への貢献性、②独創性・新規性、③将来性・発展性、④遂行可能性の4項目について、最低1点から最高5点で絶対評価とした。4項目を合計したのち、同点のものは①骨粗鬆症研究>②独創性・新規性>③将来性・発展性>④遂行可能性の順に優先して順位付けした。尚、選考委員が所属する施設から応募された書類に対する当該選考委員の採点は除外した。

・選考結果(10題):

No.	テーマ	所属	氏名 (50音順・敬称略)
1	住民検診による骨粗鬆症、脊椎矢状面アライメントが運動機能に及ぼす影響	名古屋大学大学院医学系研究科 整形外科	安藤 圭
2	橈骨遠位端部の初回骨折受傷リスク予測における前腕DXAの有用性の検討 一 本邦における橈骨遠位端骨折のリスク基準値の確立を目指して一	大阪大学大学院医学系研究科 運動器再生医学共同研究講座	蛸名 耕介
3	脆弱性骨折(股関節・手関節)術後の骨粗鬆症治療薬使用実態と二次骨折発生に関する研究	東京大学医科学研究所附属病院 関節外科	大野 久美子
4	MRIによる非侵襲的灌流画像を用いた骨粗鬆性椎体骨折後の予後不良因子の発生予測に関する研究	札幌医科大学医学部 整形外科講座	高島 弘幸
5	コホート研究を基盤とした切迫骨折に対する最適な薬物治療の探索的研究	北海道大学病院 整形外科	高橋 大介
6	無菌性炎症に伴う骨の異常と骨粗鬆症に関する研究	東京大学大学院医学系研究科 免疫学	高柳 広
7	ナショナルデータベースを用いた各種糖尿病治療薬の骨折リスクの実態解明と骨粗鬆症治療薬の効果検討	大阪医科大学 衛生学・公衆衛生学I・II	玉置 淳子
8	乳癌患者におけるアロマターゼ阻害剤による骨減少の病態解明:HR-pQCTによる骨微細構造解析	長崎大学大学院医歯薬学総合研究科 整形外科	千葉 恒
9	炎症性腸疾患患者における天然型ビタミンD製剤が骨代謝に及ぼす影響についての検討	東京慈恵会医科大学 腎臓・高血圧内科	中島 章雄
10	一般住民における転倒・骨折リスクに関連する疾患および薬剤の検討	島根大学医学部 臨床検査医学講座	矢野 彰三

■ 骨粗しょう症連携手帳

患者さんの情報を医療関係者が共有できる骨粗しょう症連携手帳が好評です。手帳は医療機関を通じて多くの患者さんに配布されております。ご希望の方は、財団ホームページのバナーからお申し込みください。



URL:<http://www.jpof.or.jp/notebook/>



■ 骨粗しょう症情報紙「カノープス」

「カノープス」では、骨粗鬆症の専門知識を有する医師をはじめとした医療従事者による骨粗鬆症の基本から最新治験までのトピック、骨と筋肉に良いレシピ、転倒予防に役立つエクササイズなど、患者さんやその家族が知りたい情報をお届けします。また、読者のみなさまの経験談や川柳の投稿なども掲載し、楽しく役立つ内容となっています。今年11月に12号まで配信しました。興味がある方は財団ホームページのバナーからお申し込みください。年6回、PDFでお届けします(無料)。



URL:<http://www.jpof.or.jp/canopus/>



国際骨粗鬆症財団 (International Osteoporosis Foundation; IOF) より、Capture The Fractureプログラム、骨粗しょう症リスクチェック情報が配信されています。興味のある方は、以下のアドレスまでアクセスしてください。

■ 全国でCapture The Fractureプログラムに登録された施設が増えています。

「何百万人という骨折した患者が、その後にもまた骨折するかもしれないというリスクを抱えているにもかかわらず、治療されていないというギャップが全世界のいたるところにある。この『Capture The Fracture;骨折を捕まえよう』プログラムはそのギャップを埋め、再骨折を予防し得る現実的な取り組みだ。」と語るのはIOFの代表であるサイラス・クーパー氏。そのプログラムに則り、骨折予防のためのレジメンサービスが行われていると評価された施設が日本でも増えてきました(右図)。全国にこのような施設がもっと増えて、わが国でも骨粗鬆症による骨折の減少につながることを期待します。詳細はこちらをご確認ください。

<https://www.capturethefracture.org/map-of-best-practice>

星の色(金、銀、銅)は、それぞれの施設での骨折予防のアクティビティが評価された結果です。緑は現在、評価中の施設です。



■ 骨折リスクチェックが公開されています



IOFでは、簡単な質問事項に答えるだけで骨折リスクを調べることができる骨折リスクチェックを公開しました。主要な質問は8つ、Web上で日本語で回答しても良いですし、チェックリストのpdfファイルをダウンロードすることも可能です。Pdf版では①60歳以上、②50歳を過ぎてから骨折したことがある、③やせ気味(BMIが19未満)の3つの質問のうち、2つ以上該当する項目がある場合は、「骨粗鬆症と骨折の重要なリスク要因を持っている可能性があります。かかりつけの医師に骨粗鬆症による骨折リスクを調べてもらい、リスクに応じた健康管理について相談しましょう。」と推奨されます。続いて、④身長低下、⑤家族歴、⑥既往症、⑦薬物治療、⑧飲酒と喫煙について回答し、1つでも該当する項目がある場合は、「骨の健康や骨粗しょう症骨折を予防する方法について、かかりつけの医師に相談してく

骨粗しょう症リスクチェック

骨粗しょう症と骨折のリスクを理解していますか？

自分に当てはまるリスク要因がないかチェックしてみましょう。

ださい。必要であれば、骨粗鬆症リスク検診や骨密度検査の受診をすすめてくれるでしょう。」と推奨されます。さらに、上で一つも該当する項目がなかったとしても、乳製品の摂取、日光浴の程度、運動などについて説明が続き、該当する項目がある場合は、「骨粗鬆症の発症につながるリスクが高まっているのは確かです。リスク要因のある人は医師に相談し、骨の健康診断を受けましょう。」と推奨されます。FRAXのように骨折確率までは算出しませんが、簡単な質問に答えるだけで手軽に骨折リスクを評価できますので、ぜひチャレンジしてみてください。



<http://riskcheck.iofbonehealth.org/>

BMIを計算してみましょう:		BMI値	判定
メートル法	ヤード・ポンド法	19.0未満	やせ気味
BMI = $\frac{\text{体重 (kg)}}{\text{身長 (m)}^2}$	BMI = $\frac{\text{体重 (lb)} \times 703}{\text{身長 (in)}^2}$	19.1~24.9	普通体重/健康
		25.0~29.9	太りすぎ
		30.0以上	肥満



体格指数 (BMI) が19 kg/m² (19 lb/in²に相当) 未満の場合、骨粗しょう症のリスク要因となります。やせ気味の少女や成人女性はエストロゲン(女性ホルモン)の分泌が低下し、更年期と同じような症状が出ることがあります。エストロゲンの減少は骨粗しょう症の発症に関わっています。また、フレイルの人は骨折リスクが高いことが知られています。

BMIの解説。