

2018年度 JAUW 京都支部

第4回例会

「若手女性研究者のお話を聞く」

2019年2月23日（土）13：30～15：30

ウイングス京都

出席者：17名

少し春の気配が感じられる2月末日。今回は新しい試みとして本協会の国内奨学生の京都地区応募者の皆様(残念ながら本部選考には漏れたが)に声を掛け、お返事を頂いた2名の若手研究者をお招きし、現在進行中の研究についてスライドを使って発表して頂くことになった。かつて奨学生に選ばれずでに研究者として活躍している塩尻かおり、浅井歩の両会員をコーディネーターに、発表の進行から質疑応答、その後は女性の労働環境等について話し合う場を設けた。応募原稿では把握しきれなかった内容の面白さ、研究者としての意欲を知ることが出来、活気ある例会となった。

支部長挨拶（要約）

奨学生募集は協会にとって大きな事業である。その中で（もと奨学生の）塩尻さん、浅井さん、山崎さんがこの協会を盛り上げてくださっているが、今日は今年度応募いただいた中からお二人の方にお越しいただくことができた。奨学生候補者を選び、励ます事も私達の大きな仕事だと考えている。今回は研究発表と共に悩みや希望等もお話いただいて、私たちに何が出来るかも考えていきたい。



～研究発表～

運動エクササイズの効用とその定量化

一般奨学生応募

橋爪 夏香・・・立命館大学スポーツ健康科学部卒、
現大学院生



体操選手としてオリンピックを目指していた。その中で緊張した際に手の震えが止まらず、自分の最大のパフォーマンスが出来ないという悩みを抱えていた。

考えた末、スポーツ理論を知ることで克服出来るであろうと立命館大学スポーツ健康科学部へ進学。進学後は栄養学、トレーニング科学、スポーツ医学を学び、教授と共に出席した学会にて多くの専門家から話を聞く等、様々な角度から知見を集めた。そうして得た物を実際の試合に応用し努力を続けたが、故障によるドクターストップで選手生命は絶たれてしまった。しかし父の「科学者としてでもオリンピックには行ける」という助言を受け、現在は今まで得た知見を深め別角度からオリンピックを目指している。

大学院では体操だけでなく、多くのスポーツに応用出来る研究を行っており、その一つが疲労ホルモンの動態調査だ。現在のスポーツ業界での疲労の評価は本人、または第三者（コーチ等）の経験や主観が大半である。これは自覚症状のない疲労の蓄積を見逃し、最悪の場合怪我や慢性的うつ病（オーバートレーニング）を引き起こす重大因子となり得る。そこで客観的な指標（心拍、脈拍、尿、血液等）が必要になってくるが、中でも注目は唾液である。

○唾液の利点

- ・非侵襲性
- ・採取が容易
- ・専門技術不要
- ・短時間でのフィードバックが可能

こういった点から非常に利便性が高い為、現場での活用が期待されている。そこで運動性疲労と唾液中のバイオマーカー（身体の状態を客観的に測定し評価するための指標）の経時変化と、その関連性の検討を行っている。

そして、この検証過程で物質 A（研究中の為非公表）が疲労と大きく関連している事に注目。今は血液から検出している為、唾液でも採取可能かを探っている。

今後は様々な運動パターンによる検証を行い、スポーツはもちろん、がんの早期発見、子供、社会人の体調管理、ストレスの数値化等に応用を図りたい。

関節症の因子に関する研究

下浦佳南子・・・京都大学大学院医学研究科理学療法学専攻卒業
現大学院生

専門は変形性膝関節症の予防、治療。自分が O 脚であるが、理学療法学を学んで行くところのままで自分も膝が痛くなるのではと考え、それを予防するため専門に選んだ。

所属の研究室の研究テーマは主にリハビリテーション。

リハビリと言うと高齢者のイメージが強いが、万人の健康のサポートと捉えている。

変形性膝関節症とは何か。

日本における変形性膝関節症発症者数は 40 代以上で 2530 万人。（男性 42%女性 62%）
症状は膝の軟骨がすり減り関節が変形し、痛みを引き起こす。そして徐々に歩行が困難になり、最終的には要介護になってしまう。0~4 のグレード分類があるが、レントゲンに写らない 0~1 程度の変形であっても痛み等の症状が出る。したがって早期介入、治療が重要と考えられる。

O 脚との関連性

O 脚は変形性膝関節症の発症、進行のリスク因子と言われている。しかし若年でも O 脚は存在し、高齢で O 脚でも膝が痛くない人もいる。この事実から O 脚でも膝関節症でない人はどのような特徴を持っているのかを調べる事で、O 脚から膝関節症への悪化を止められる方法にたどり着けるのではと考えた。そして O 脚の関連因子とは何かを解明できれば健康な膝から O 脚になるのを防ぎ、超早期での予防が可能になる。そこで修士研究として関節変形関連因子の研究を行った。

具体的には先行研究で報告されている膝と足部の関係性に着目し、O 脚だが変形性膝関節症でない人の足部形態、機能の特徴があるのかを検討。

—O 脚の高齢者 44 人の内、変形性膝関節症の発症の有無で二分化。—

- ・膝の伸展筋力の測定
- ・拇趾外反角の測定・・・有意差あり。O 変形性膝関節症の人は拇趾外反角が大きい
- ・足趾把持力（足の指の握力）・・・有意差はないが少し傾向がみられる。
- ・舟状骨溝の有無（扁平足の指標）



結果・・・○脚だが変形性膝関節症でない人は拇趾外反角が小さく（外反母趾ではない）
足趾把持力が強い傾向にある。

博士課程での研究課題

これまでの研究の裏付けと若年者を対象にした検討、他の身体機能についても調査を行い、どの様な人が変形性膝関節症になるのかを調査したい。そして早期の予防に繋がればと考えている。

研究発表の後会員から多くの質問が飛び交い、関心の深さが窺えた。

後半は会員へのアンケート結果を基に、社会で活動する上で女性だからこそ苦労したエピソード、そしてそれをどう克服したか等に関してディスカッションを行った。

夫、両親の介護。子育て。同居。・・・

→家族で協力して乗り切った。

→全てを受け止めず、半分流して自分を保つ。

色々な我慢、結婚、育児による仕事のセーブ・・・

→地域の仲間と話し合っって私設保育所を創設。

→勤務形態を変える。

→外での用事を内に持ち込む。



結婚、出産について

・夫の海外赴任など不安もあった。

・長期に渡る海外生活を終えて帰国したら日本が大幅に変わっていた。

→両親のサポートがあったので助かった。

→計画してする人もいるが何があるかわからない。その時になれば何とかなる。

セクハラ、パワハラ

・女性は結婚＝退職が当たり前。

・育児による仕事の中断で、これだから女性はと言う対応に。

・女性間のパワハラも男性より厳しい。

→男性より優れている事を示す。

女性特有の悩み

・女性指導員が少ない為、女性特有の悩みを相談しにくい。

→他分野の女性とコミュニケーションを作り相談する。

上記の様に沢山の意見が挙がる中、女性の立場を活かしたという意見もあった。

- ・女性の気持ちを汲み取れる立場として職場で重宝された。
- ・女性だから大切にしてもらえた事もあった。

まとめ 塩尻会員

皆さんの経験談を聞き、今自分たちが不満に感じている事以前の問題を解決してこられたからこそ今があると感じ感謝したい。

今回のお二人の発表は非常に興味深く、面白かった。他の研究分野の人との交流は視野が広がるので、積極的に輪を広げたい。

閉会挨拶 高橋副支部長

今回いいお話を聞かせて頂き嬉しく思う。また是非応募して頂きたい。同じ研究者同士が交流しあうというのは非常に有意義であった。これから自分の分野でどんどん伸びて行ってほしい。

若手研究者の発表は興味深く、何より情熱に満ち溢れていた。今後の活躍を心から祈りたい。そして、先輩方の貴重な経験談を今後の活動に活かして頂きたい。

