

開設の目的・概要 等						
高齢者における運動・身体活動は、死亡率の低下や認知機能低下予防だけでなく、転倒や転倒の関連した傷害予防に役立ち、骨の健康と機能的な能力低下を防ぐなど、高齢者の自立に必要な重要な効果を生み出すことが明らかとなっている。しかしながら、有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチの3つの運動を組み合わせた複合的な運動プログラムが、長期的に転倒の発生や要介護状態の発生を抑制あるいは遅延できるかについては明らかになっていない。そこで、本講座では全国に展開する女性専用複合運動プログラムを提供しているカーブスと共同し、運動の機能的な効果だけでなく、社会的フレイルや要介護疾患に対する予防効果を明らかにすることを目的とした。						
区分	番号	学位論文	著者名	論文名	掲載誌名, 掲載年；巻（号）：ページ番号	国際共同
英文原著	1		H. Otsuka, H. Tabata, Y. Someya, Y. Tamura.	Trends in the prevalence of underweight in women across generations in Japan.	Journal of Bone and Mineral Metabolism, 2021; 39(4): 719-720. doi: 10.1007/s00774-020-01177-z	
英文原著	2	*	N. Yamasaki, Y. Tamura, H. Kaga, M. Sato, M. Kiya, S. Kadowaki, R. Suzuki et al.	A decrease in plasma glucose levels is required for increased endogenous glucose production with a single administration of a sodium-glucose co-transporter-2 inhibitor tofogliflozin.	Diabetes, Obesity and Metabolism, 2021; 23(5): 1092-1100. doi: 10.1111/dom.14312	
英文原著	3		S. Kakehi, Y. Tamura, S. I. Ikeda, N. Kaga, H. Taka, N. Ueno, T. Shiuchi, et al.	Short-term physical inactivity induces diacylglycerol accumulation and insulin resistance in muscle via lipin1 activation.	American Journal of Physiology Endocrinology and Metabolism, 2021; 321(6): E766-e781. doi: 10.1152/ajpendo.00254.2020	
英文原著	4		H. Eshima, Y. Tamura, S. Kakehi, R. Kakigi, R. Kawamori, H. Watada.	Maintenance of contractile force and increased fatigue resistance in slow-twitch skeletal muscle of mice fed a high-fat diet.	Journal of Applied Physiology(1985), 2021; 130(3): 528-536. doi: 10.1152/jappphysiol.00218.2020	
英文原著	5		A. Hagiwara, K. Fujimoto, K. Kamagata, S. Murata, R. Irie, H. Kaga, Y. Tamura, et al.	Age-Related Changes in Relaxation Times, Proton Density, Myelin, and Tissue Volumes in Adult Brain Analyzed by 2-Dimensional Quantitative Synthetic Magnetic Resonance Imaging.	Investigative Radiology, 2021; 56(3): 163-172. doi: 10.1097/rli.0000000000000720	
英文原著	6	*	S. Murata, A. Hagiwara, H. Kaga, Y. Someya, K. Nemoto, M. Goto, Y. Tamura, et al.	Comparison of Brain Volume Measurements Made with 0.3- and 3-T MR Imaging.	Magnetic Resonance in Medical Sciences, 2021. doi: 10.2463/mrms.tn.2020-0034	
英文原著	7		M. Kiya, Y. Tamura, K. Takeno, Y. Someya, S. Kakehi, M. Sato, N. Yamasaki, et al.	Adipose Insulin Resistance and Decreased Adiponectin Are Correlated With Metabolic Abnormalities in Nonobese Men.	Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism, 2021; 106(5): e2228-e2238. doi: 10.1210/clinem/dgab037	
英文原著	8	*	M. Sato, Y. Tamura, T. Nakagata, Y. Someya, H. Kaga, N. Yamasaki, M. Kiya, et al.	Prevalence and Features of Impaired Glucose Tolerance in Young Underweight Japanese Women.	Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism, 2021; 106(5): e2053-e2062. doi: 10.1210/clinem/dgab052	

英文原著	9		K. Takeno, Y. Tamura, S. Kakehi, H. Kaga, R. Kawamori, H. Watada.	ALDH2 rs671 is associated with elevated FPG, reduced glucose clearance and hepatic insulin resistance in Japanese men.	Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism, 2021. doi: 10.1210/clinem/dgab324	
英文原著	10		T. Nakagata, Y. Tamura, H. Kaga, M. Sato, N. Yamasaki, Y. Someya, S. Kadowaki, et al.	Ingestion of an exogenous ketone monoester improves the glycemic response during oral glucose tolerance test in individuals with impaired glucose tolerance: A cross-over randomized trial.	Journal of Diabetes Investigation, 2021; 12(5): 756-762. doi: 10.1111/jdi.13423	
英文原著	11		Y. Someya, Y. Tamura, H. Kaga, D. Sugimoto, S. Kadowaki, R. Suzuki, S. Aoki, et al.	Insulin resistance and muscle weakness are synergistic risk factors for silent lacunar infarcts: the Bunkyo Health Study.	Scientific Reports, 2021; 11(1): 21093. doi: 10.1038/s41598-021-00377-5	
英文原著	12		N. Yamasaki, Y. Tamura, K. Takeno, S. Kakehi, Y. Someya, T. Funayama, Y. Furukawa, et al.	Author Correction: Both higher fitness level and higher current physical activity level may be required for intramyocellular lipid accumulation in non-athlete men.	Scientific Reports, 2021; 11(1): 7304. doi: 10.1038/s41598-021-86892-x	
英文原著	13		M. Sato, Y. Tamura, H. Kaga, N. Yamasaki, M. Kiya, S. Kadowaki, D. Sugimoto, et al.	Short-Term SGLT2 Inhibitor Administration Does Not Alter Systemic Insulin Clearance in Type 2 Diabetes.	Biomedicines, 2021; 9(9). doi: 10.3390/biomedicines9091154	
区分	番号		発表者名	発表タイトル（題目・演題・課題等）	学会名, 場所, 発表年月日等	国際共同
国際学会発表	1		Y. Tamura.	Metabolic Obesity and Sarcopenia.	The 7th Asian Conference for Frailty and Sarcopenia, Swon(Korea), 2021/11/5-6.(Oral/Poster, Virtual meeting)	
区分	番号		著者名	論文名	掲載誌名, 掲載年 ; 巻 (号) : ページ番号	国際共同
和文総説	1		加賀英義, 田村好史.	RISE study アップデート.	糖尿病・内分泌代謝科, 2021; 52(3): 265-273.	
和文総説	2		佐藤元律, 田村好史.	【特集 運動とアンチエイジング】運動によるサルコペニア改善効果.	アンチ・エイジング医学, 2021; 17(5): 6-9.	
和文総説	3		田村好史.	【特集 食事療法と運動療法】特集にあたって.	The Lipid, 2021; 32(1): 14-15.	
和文総説	4		田村好史, 加賀英義, 田端宏樹, 寛佐織.	【新興再興感染症の脅威下における健康長寿先進国としての挑戦】コロナ禍における運動療法.	糖尿病・内分泌代謝科, 2021; 52(2): 116-120.	
和文総説	5		田村好史, 大塚光.	【特集 食事療法と運動療法】Ⅱ. 運動療法の基礎と臨床 4. 運動による骨格筋インスリン抵抗性改善とサルコペニア予防.	The Lipid, 2021; 32(1): 70-75.	
和文総説	6		田村好史, 田端宏樹.	【肥満とやせの臨床 病態の解明と新たな治療法をめぐって】最新の実地診療のためのポイントの整理と活用 サルコペニア肥満の問題点と対応.	Medical Practice, 2021; 38(7): 1027-1030.	

和文総説	7		田村好史, 田端宏樹, 筧佐織.	【個人差の理解へ向かう肥満症研究 GWAS、エピゲノム、腸内細菌、栄養学的知見から多様な病態を解明し、Precision Medicineをめざす】(第1章)代謝(エネルギー消費)の分子・細胞・個体メカニズム 身体活動と代謝と肥満.	実験医学, 2021; 39(5): 39-44.	
和文総説	8		田村好史, 田端宏樹, 筧佐織.	非肥満者の代謝異常.	循環器内科, 2021; 90(3): 309-314.	
和文総説	9		田村好史, 田端宏樹, 筧佐織, 大塚光.	【異所性脂肪-第3の脂肪】異所性脂肪とインスリン抵抗性.	外科と代謝・栄養, 2021; 55(3): 128-132.	
区分	番号		発表者名	発表タイトル（題目・演題・課題等）	学会名, 場所, 発表年月日等	国際共同
国内学会発表	1		田村好史.	糖尿病の運動療法の理論と方法Update.	第55回糖尿病学の進歩,, 2021/3/5-6. (オンライン開催)	
国内学会発表	2		田村好史.	効果的な運動療法を行うための指導ポイント.	第55回糖尿病学の進歩,, 2021/3/5-6 (オンライン開催)	
国内学会発表	3		A. Abulaiti, 梅村二葉, 田端宏樹, 加賀英義, 染谷由希, 筧佐織, 田村好史.他6名	日本の地域在住高齢者における咬筋全体容積と体組成との関連.	第22回日本健康支援学会年次学術大会・第8回日本介護予防・健康づくり学会大会, 茨城県(日本), 2021/3/6-7.(口頭, オンライン同時開催).	
国内学会発表	4		石薺聡, 田端宏樹, 大塚光, 加賀英義, 染谷由希, アブドラザク・アブラディ, 田村好史.他6名	青年期および現在の運動習慣が高齢期の認知機能に与える影響.	第22回日本健康支援学会年次学術大会・第8回日本介護予防・健康づくり学会大会, 茨城県(日本), 2021/3/6-7.(口頭, オンライン同時開催).	
国内学会発表	5		大塚光, 田端宏樹, 石薺聡, 加賀英義, 染谷由希, アブドラザク・アブラディ, 田村好史.他6名	青年期と現在の運動習慣が骨密度に与える影響.	第22回日本健康支援学会年次学術大会・第8回日本介護予防・健康づくり学会大会, 茨城県(日本), 2021/3/6-7.(口頭, オンライン同時開催).	
国内学会発表	6		田端宏樹, 大塚光, 石薺聡, 染谷由希, 加賀英義, 佐藤元律, 田村好史.他7名	青年期および現在の運動が骨格筋機能に与える影響 Bunkyo Health Study.	第22回日本健康支援学会年次学術大会・第8回日本介護予防・健康づくり学会大会, 茨城県(日本), 2021/3/6-7.(口頭, オンライン同時開催).	
国内学会発表	7		梅村二葉, アブドラザク・アブラディ, 田端宏樹, 加賀英義, 染谷由希, 筧佐織, 田村好史.他6名	地域居住高齢者における咬筋全体容積と身体機能との関連性.	第22回日本健康支援学会年次学術大会・第8回日本介護予防・健康づくり学会大会, 茨城県(日本), 2021/3/6-7.(口頭, オンライン同時開催).	
国内学会発表	8		門脇聡, 田村好史, 杉本大介, 染谷由希, 加賀英義, 鈴木瑠璃子, 山崎望, 他5名	非肥満健常日本人男性において短期間の高カロリー高脂肪食がインスリン感受性や代謝に及ぼす影響の検討.	第41回日本肥満学会, ,2021/3/20-21 (オンライン開催)	
国内学会発表	9		田村好史.	underweight pandemic 日本人女性の痩せに関する諸問題.	第94回日本内分泌学会学術総会,2021/4/22-24. (オンライン開催)	
国内学会発表	10		(座長) 田村好史, 岩部真人.	運動療法における臓器間ネットワークの役割と臨床への展開.	第64回日本糖尿病学会年次学術集会, ,2021/5/20-22 (オンライン開催)	
国内学会発表	11		佐藤元律, 田村好史, 中潟崇, 染谷由希, 加賀英義, 山崎望, 木屋舞, 他4名	日本人低体重若年女性の耐糖能異常(IGT)者の割合と特徴.	第64回日本糖尿病学会年次学術集会, 2021/5/20-22 (オンライン開催)	
国内学会発表	12		小蒔真実, 佐藤淳子, 栗田実佳, 常見亜佐子, 若林侑香, 氷室美和, 田村好史, 他19名	1型糖尿病患者の食事、睡眠、身体活動量、治療実態とQuality of Life(QOL)との関連性のコホート調査.	第64回日本糖尿病学会年次学術集会, 2021/5/20-22. (オンライン開催)	

国内学会発表	13		田村好史.	肝臓の慢性炎症(ウイルス性と栄養性)と肝がんの発症 インスリン抵抗性と脂肪肝.	第64回日本糖尿病学会年次学術集会, 2021/5/20-22. (オンライン開催)	
国内学会発表	14		田村好史.	高齢糖尿病患者に対する栄養管理と運動療法のススめ 高齢者における運動療法の個別性.	第64回日本糖尿病学会年次学術集会,, 2021/5/20-22 (オンライン開催)	
国内学会発表	15		田村好史, 筧佐織, 加賀英義, 田端宏樹.	運動療法における臓器間ネットワークの役割と臨床への展開 骨格筋を中心とした運動と臓器間ネットワーク.	第64回日本糖尿病学会年次学術集会, 2021/5/20-22. (オンライン開催)	
国内学会発表	16		内藤仁嗣, 田村好史, 加賀英義, 染谷由希, 田端宏樹, 筧沙織, 木屋舞, 他 7 名	高齢期における耐糖能悪化のメカニズムの解明(文京ヘルスタディー).	第64回日本糖尿病学会年次学術集会, , 2021/5/20-22. (オンライン開催)	
国内学会発表	17		A. Adili, 金子晴香, 根岸義文, 青木孝子, 劉立足, 百枝雅裕, 田村好史,他 5 名	変形性膝関節症における半月板逸脱は内側のみでなく前方にも発生し軟骨摩耗と関連する.	第94回日本整形外科学会学術総会, 東京都(日本), 2021/5/20-23. (口頭, オンライン同時開催).	
国内学会発表	18		根岸義文, 金子晴香, 青木孝子, 劉立足, 百枝雅裕, A. Adili, , 田村好史, 他 5 名	変形性膝関節症における内側半月板逸脱は大腿骨よりも脛骨骨棘幅とより強く関連する 文京ヘルスタディー.	第94回日本整形外科学会学術総会, 東京都(日本), 2021/5/20-23. (口頭, オンライン同時開催).	
国内学会発表	19		石島旨章, 金子晴香, 根岸義文, 有田均, 劉立足, 青木孝子, 田村好史, 他 5 名	早期OAに対する先端的アプローチ 早期膝OAのバイオマーカー.	第94回日本整形外科学会学術総会, 東京都(日本), 2021/5/20-23. (口頭, オンライン同時開催).	
国内学会発表	20		百枝雅裕, 金子晴香, 根岸義文, 青木孝子, 劉立足, A. Adili, 田村好史, 他 5 名	初期変形性膝関節症における内側および前方への半月板逸脱と痛みの関連.	第94回日本整形外科学会学術総会, 東京都(日本), 2021/5/20-23. (口頭, オンライン同時開催).	
国内学会発表	21		田村好史.	体質医学からみた生活習慣病に対するリハビリテーション診療戦略 体質と生活習慣病と運動.	第58回日本リハビリテーション医学会学術集会, 京都府(日本), 2021/6/10-13. (口頭, オンライン同時開催).	
国内学会発表	22		田村好史.	糖尿病治療における運動療法の現在と今後の可能性-さらなる普及のために- 運動療法の現在と未来.	第58回日本リハビリテーション医学会学術集会, 京都府(日本), 2021/6/10-13. (口頭, オンライン同時開催).	
国内学会発表	23		田村好史.	体質医学からみたこれからの予防医療 糖尿病運動療法のトピックス.	第71回日本体質医学会総会, 2021/9/4-5. (オンライン開催)	
国内学会発表	24		大塚光, 田端宏樹, 石薺聡, 加賀英義, 染谷由希, アブドラザク・アブラディ,田村好史.他7名	高齢期の骨密度は運動により変わるか? 青年期と現在の運動習慣に着目して"Bunkyo Health Study".	第23回日本骨粗鬆症学会, 2021/10/8-10 (オンライン開催)	
国内学会発表	25		A. Adili, 金子晴香, 根岸義文, 青木孝子, 劉立足, 百枝雅裕, , 田村好史,他 4 名	内側型変形性膝関節症における脛骨前方半月板逸脱幅は半月板断裂と関連する.	第36回日本整形外科学会基礎学術集会, 三重県(日本), 2021/10/14-15. (口頭, オンライン同時開催).	
国内学会発表	26		東村潤, 金子晴香, 根岸義文, 青木孝子, 劉立足, 百枝雅裕, 田村好史、他 4 名	健常高齢者においてもMRI上の骨髓異常像と膝関節痛は関連する 文京ヘルスタディ.	第36回日本整形外科学会基礎学術集会, 三重県(日本), 2021/10/14-15. (口頭, オンライン同時開催).	
国内学会発表	27		田村好史.	糖尿病の運動療法とヘルスプロモーション.	第32回日本臨床スポーツ医学会学術集会, 2021/11/13-14. (オンライン開催)	
国内学会発表	28		田村好史.	臨床報告: 糖尿病専門医視点からの人工臓器検査の現状と今後 チーム医療の中での周術期血糖管理への取り組み.	第59回日本人工臓器学会大会, 千葉県(日本), 2021/11/25-27. (口頭, オンライン同時開催).	
国内学会発表	29		吉澤裕世,高橋競,藤崎万裕,田中友規,孫輔卿,飯島勝矢	複数の文化活動への参加とフレイルとの関連	第8回,日本サルコペニアフレイル学会,大阪,2021年11月6-7日	
国内学会発表	30		吉澤裕世,田中友規,高橋競,藤崎万裕,飯島勝矢	高齢者における居住地周辺の環境とフレイル及び地域活動との関係	第80回,日本公衆衛生学会,東京,2021年12月21-23日	
国内学会発表	31		高橋競,田中友規,吉澤裕世,藤崎万裕,飯島勝矢	.地域高齢者における夜間頻尿・フレイルの重複とポリファーマシーとの関連	第80回,日本公衆衛生学会,東京,2021年12月21-23日	

区分	番号		講演者名	講演タイトル	学会名, 場所, 発表年月日等	国際共同
特別講演・招待講演	1		田村好史.	肥満・代謝的肥満とサルコペニア.	第16回ファンクショナルフード学会研修会, 東京都（日本）, 2021/9/4. (口頭, オンライン同時開催).	
特別講演・招待講演	2		田村好史.	糖尿病の運動療法とヘルスプロモーション.	第32回日本臨床スポーツ医学会学術集会, 2021/11/13-14. (オンライン開催)	
区分	番号		研究者名	活動の名称（執筆、出演、受賞等）	執筆や出演の媒体（賞の主催者等）, 年月日等	国際共同
その他 （広報活動を含む）	1		（座長）田村好史.	2型糖尿病患者におけるSGLT2阻害薬投与による内因性糖産生増加機序の解明.	第10回Tokyo Cardiovascular&Diabetes Conference, 2021/6/4. (オンライン開催)	
その他 （広報活動を含む）	2		田村好史.	若いやせた女性で糖尿病予備群7倍 原因は肥満と同じ？.	朝日新聞, 2021/2/27.	
その他 （広報活動を含む）	3		田村好史.	痩せすぎの若い女性、高い糖尿病リスク.	日本経済新聞, 2021/3/1.	
その他 （広報活動を含む）	4		田村好史, 綿田裕孝, 河盛隆造.	痩せの若年女性に潜むインスリン抵抗性.	Medical Tribune, 2021/3/18.	
その他 （広報活動を含む）	5		田村好史.	【今から始めよう！70代まで働く健康術】“脂肪の質”に注意！！正常体重でも生活習慣病が悪化.	夕刊フジ, 2021/4/20.	
その他 （広報活動を含む）	6		田村好史.	【今から始めよう！70代まで働く健康術】脂肪肝の放置で迫る2型糖尿病.	夕刊フジ, 2021/4/27.	
その他 （広報活動を含む）	7		田村好史.	【今から始めよう！70代まで働く健康術】中性脂肪抑えるには炭水化物の加減を.	夕刊フジ, 2021/5/11.	
その他 （広報活動を含む）	8		田村好史.	若年女性、痩せていても「肥満体質」.	河北新報朝刊, 2021/4/15.	
その他 （広報活動を含む）	9		田村好史.	アルコールに強い人は糖尿病になりやすい.	科学新聞, 2021/6/25.	
その他 （広報活動を含む）	10		田村好史.	【食と健康 ホントの話】糖尿病の高い発症率 アルコールに強い人ほど飲酒量に注意.	夕刊フジ, 2021/7/10.	
その他 （広報活動を含む）	11		田村好史.	医療ジャーナリスト安達純子「Withコロナの健康管理Part2」（23）家飲みで増える酒量、お酒に強い男性は糖尿病に注意.	日刊スポーツ, 2021/9/25.	
その他 （広報活動を含む）	12		田村好史.	医療ジャーナリスト安達純子「Withコロナの健康管理Part2」（24）1週間禁酒で血糖値改善 週1、2回は“休肝日”を.	日刊スポーツ, 2021/9/26.	
その他 （広報活動を含む）	13		田村好史.	医療ジャーナリスト安達純子「Withコロナの健康管理Part2」（25）脂肪の質が悪くと生活習慣病になりやすくなる.	日刊スポーツ, 2021/9/27.	
その他 （広報活動を含む）	14		田村好史.	医療ジャーナリスト安達純子「Withコロナの健康管理Part2」（26）運動不足による筋肉減が肝臓にも負担.	日刊スポーツ, 2021/9/29.	
その他 （広報活動を含む）	15		田村好史.	医療ジャーナリスト安達純子「Withコロナの健康管理Part2」（27）ラーメン＆ライス控え、筋肉の質上げて「糖尿病」防ぐ.	日刊スポーツ, 2021/10/1.	

その他 (広報活動を含む)	16		田村好史.	医療ジャーナリスト安達純子「Withコロナの健康管理Part2」 (28) 痩せた女性も糖尿病注意 筋肉量の低下で起きる高血糖.	日刊スポーツ, 2021/10/3.	
その他 (広報活動を含む)	17		田村好史.	医療ジャーナリスト安達純子「Withコロナの健康管理Part2」 (29) 高齢の両親へ 散歩など勧めて健康二次被害の予防を.	日刊スポーツ, 2021/10/4.	
その他 (広報活動を含む)	18		田村好史.	医療ジャーナリスト安達純子「Withコロナの健康管理Part2」 (30) サルコペニアで認知症や糖尿病リスク、1日1回外出を.	日刊スポーツ, 2021/10/6.	
その他 (広報活動を含む)	19		田村好史.	医療ジャーナリスト安達純子「Withコロナの健康管理Part2」 (31) 当たり前の習慣で寝たきりリスクを回避しよう.	日刊スポーツ, 2021/10/7.	
その他 (広報活動を含む)	20		田村好史.	医療ジャーナリスト安達純子「Withコロナの健康管理Part2」 (32) 10年20年先を考えたライフプランを.	日刊スポーツ, 2021/10/8.	
その他 (広報活動を含む)	21		田村好史.	運動しよう！促す企業増加.	中日新聞, 2021/9/27.	
その他 (広報活動を含む)	22		田村好史.	糖尿病治療における運動療法の意義.	Fit-eNce 糖尿病治療における運動療法の重要性, 東京都（日本）, 2021/6.	
その他 (広報活動を含む)	23		田村好史, 寺内康夫.	日々の診察および運動療法指導時にお困りになる患者さんはいませんか？.	Fit-eNce 糖尿病治療における運動療法の重要性, 東京都（日本）, 2021/6.	
その他 (広報活動を含む)	24		田村好史	「健康知識テキスト」健康にちょっと詳しくなれる本2021.	「健康知識テキスト」健康にちょっと詳しくなれる本2021, 東京都(日本), 2021/04	
その他 (広報活動を含む)	25		田村好史.	ヒト視床下部神経核レベルの「脳インスリン抵抗性」の定義とその臨床応用	独立行政法人日本学術振興会, 令和3年度科学研究費助成事業<基礎研究(B)>, 令和3年度-令和5年度	
その他 (広報活動を含む)	26		田村好史.	都市部在住高齢者における代謝異常と老化"The Bunkyo Health Study"	一般財団法人 代謝異常治療研究基金, 令和3年度研究助成	
その他 (広報活動を含む)	27		吉澤裕世	「サルコペニアを見つける」、WOC Nursing	第9巻（7）、2021	