

SDGs と日本大学医学部社会医学系公衆衛生学の公衆衛生活動

SDGs and public health activities of the Department of Social Medicine, Division of Public Health, Nihon University School of Medicine

大塚 雄一郎

(日本大学医学部社会医学系公衆衛生学分野 准教授)

SDGs における 17 の目標は個々が独立しているのではなく、互いに関連し合うものであり、これらは公衆衛生活動の目指すものと合致している。SDGs で掲げる「誰一人取り残さない」社会の実現を、健康課題において目指すことが公衆衛生活動での大きな目標である。

私共日本大学医学部社会医学系公衆衛生学分野では、主に健康に関わる身近な生活習慣や社会活動を疫学・統計学を用いて研究活動を行っている。主要なテーマとしては、主に日本人における睡眠、医療従事者の喫煙、労働者の睡眠・休養問題、中高生の健康課題などである。

睡眠に関しては、約6~10万人の中学生・高校生を対象にした定期的な全国横断調査のデータを用いて、経年的な中高生の睡眠問題の変化や、睡眠問題と関連する要因を明らかにした。また、ある地域の高校生を対象とした介入研究を行い、睡眠衛生教育が高校生の不眠症状を改善させることを報告した。また、成人 8 万人規模の健診データを用いて、睡眠休養感の関連要因や、睡眠休養感がメタボリックシンドローム関連疾患の発症と関連することを明らかにし、国の健康政策を検討するための資料を作成した。

喫煙に関しては、医師の喫煙に関する調査を、20 年以上にわたり行っており、これは世界でも類をみない調査である。禁煙に関わる医師の役割は大きく、医師の喫煙に関する考えや態度を調査することはたばこ対策における重要な知見となる。

近年、働き方改革が浸透し、長時間労働は少なくなってきたが、精神面で体調を崩す労働者は増加傾向である。研究室では、労働時間以外の過ごし方がメンタルヘルス不調を改善するのに役立つのではないかと考え、労働者の休養行動に関する研究に着手している。

社会貢献として企業や学校において睡眠衛生教育を行い、労働者や生徒に適切な睡眠に関する知識を普及する活動を行っている。私共の活動に興味や関心のある方はぜひ本研究室までご連絡ください。

The 17 goals outlined in the Sustainable Development Goals (SDGs) are not isolated but rather interconnected, aligning with the objectives of public health initiatives. The pursuit of a society embodying the SDGs' principle of "no one left behind" constitutes a significant aim within the realm of public health endeavors, particularly in the context of addressing health-related issues.

Our department primarily engages in research focused on lifestyle habits and social activities pertaining to health, utilizing epidemiological and statistical methodologies. Key areas of investigation encompass sleep patterns within the Japanese population, smoking behaviors among healthcare professionals, sleep and rest challenges among the workforce, and health-related issues faced by junior and senior high school students.

As part of our commitment to social contribution, we conduct sleep hygiene education programs in both corporate and academic settings, disseminating knowledge concerning proper sleep practices to employees and students alike. Should you express interest in our initiatives, please do not hesitate to contact our department.

■ SDGs の分類（番号と目標）

- 3 すべての人に健康と福祉を
- 4 質の高い教育をみんなに
- 8 働きがいも経済成長も

■ ご略歴

- 2007 年 日本大学医学部卒業
- 2010 年 日本大学医学部大学院糖尿病代謝内科学卒業
- 2016 年 日本大学医学部公衆衛生学助手
- 2017 年 日本大学医学部公衆衛生学助教
- 2020 年 ジョンスホプキンス大学公衆衛生大学院卒業
- 2023 年 日本大学医学部公衆衛生学准教授