

研究スタッフ紹介



Daniel Stanyon

東京都医学総合研究所
研修生

私 はイギリスから来た研修生です。今、東京ティーンコホート(TTC)のデータを使って研究を行っています。日本に来る前は、ロンドンで行っているREACHというコホートプロジェクトで、2年間リサーチアシスタントとして働いていました。REACHプロジェクトでも、TTCに協力してくださっている皆さんと同じくらいの年齢の11歳~16歳のお子さんに調査に協力してもらっていました。

皆さんも、イギリスと日本の生活は、全く違うものだとイメージするかもしれません。私は、ロンドンと東京のお子さんでは、どういった経験の違いや考え方の違いがあるのか、どんな点で大きく違うのかについて、REACHとTTCの2つのコホート研究のデータを比較する研究を行いたいと思っています。

自分の思春期と学校時代を振り返ると、とても懐かしく思います。私は、ロンドンから離れたアシュフォードという小さな町に住んでいました。イギリス人でも知らない人が多いほどの田舎です。中学生の頃は、学校が終わったらゲームをして、週末はサッカーをして遊んでいました。特に興味を持っていたことは、音楽でした。トロンボーンを吹き、ジャズバンドでいろいろなイベントに参加し、演奏しました。

しかし、大変なこともありました。18歳の時、入試のために受験勉強をしましたが、この時は人生で最も精神的に疲れた時期でした。「今日も勉強しなくてはならない」「今日の点は足りない、今度もっと頑張ろう」と考えてしまい、だんだんストレスが溜まって調子を崩してしまいました。もしその時の自分にメッセージを送れるなら、「こういう大切な時こそ、無理しない方がいい」「今日は休憩しよう」と言ってあげて、もうちょっとラクな考え方を持たせてあげたいと思います。何と云っても、一番大切なのは自分の健康なので皆さんも自分の健康を大切に生活を楽しんでください!

★ご住所が変更になるご家庭、ご住所が変更されたご家庭へのお願いです。

もうすぐ引越し!
だいたい準備も終わったし、新しい生活が楽しみだわ!
ちょっと遠い場所だけど...

2 通りの方法がありますので、ご連絡ください

1 電話で連絡する
こんど引越しするのですが...

2 ハガキを郵送する
専用ハガキ
そういえば、ティーンコホートはどうすればいい!?
そういえば、ニュースレターと一緒にハガキが入っていたわね...

ご協力いただける方へは
遠方のご自宅まで研究スタッフがお伺いします!

ひきつづきご協力をお願いいたします

TOKYO TEEN COHORT PROJECT

調査
お問い合わせ先

一般社団法人 輿論科学協会「青春期の健康・発達コホート研究」事務局
〒151-8509 東京都渋谷区千駄ヶ谷4-8-6
Tel 0120-551-327 (AM10:00~PM6:00) 担当: 島田・井田

研究実施
機関

東京大学
公益財団法人 東京都医学総合研究所
国立大学法人 総合研究大学院大学

東京ティーンコホートの詳しい情報はホームページでもご覧いただけます
<http://ttcp.umin.jp>

デザインを
リニューアル
しました

- ◆ 第1号~第15号ニュースレターを掲載しています。
- ◆ 現在の調査協力者数や東京ティーンコホートを紹介する動画も掲載しています。



思春期のお子さんとの健康と発達の過程をアンケート調査などにより、科学的に検討するプロジェクトです。

東京ティーンコホート ニュースレター
第16号(2021年2月発行)
発行: 公益財団法人 東京都医学総合研究所

Contents

- 巻頭
応援メッセージ: 長谷川 真理子
- 企画
ロンドンと東京の若者の共同研究プロジェクト
- 論文紹介
山崎 修造

研究者紹介

- Daniel Stanyon
- 巻末
今後も引き続きご協力お願いします

TOKYO TEEN COHORT NEWS LETTER

東京ティーンコホート
ニュースレター

Vol.16

2021.FEB

春の訪れが待ち遠しい今日この頃ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。一時はストップせざるを得なかった東京ティーンコホートの調査も、なんとか再開し継続することができております。これもひとえに皆様のご理解とご協力のおかげです。スタッフ一同、心より感謝しております。また、新しい生活様式が定着し、家族や家で過ごす時間が増えた方も多いかと思えます。家族の絆を更に深めつつ、この状況が一日でも早く終息へ向かい、皆様のご健康が守られますよう心よりお祈り申し上げます。

応援 メッセージ



総合研究大学院大学学長
長谷川 真理子

理学博士。1952年7月18日東京生まれ。1976年東京大学理学部生物学科卒業、80~82年タンザニア野生動物局に勤務、83年東京大学大学院理学系研究科人類学専攻博士課程修了、東京大学理学部生物学科人類学教室助手、英ケンブリッジ大学研究員、専修大学助教授・教授、米イェール大学人類学部客員准教授、早稲田大学政経学部教授を経て、総合研究大学院大学先導科学研究科教授、理事・副学長などを経て、2017年から現職。日本人間行動進化学会会長も。専門は、行動生態学、自然人類学。訳書多数。

今 の若い人たちは、この社会でどんな状況におかれ、どんなことを考え、喜んだり悲しんだりしているのでしょうか? 最近の社会の変化はあまりにも早いので、私にはもうわからなくなっています。こんな事態は、人類進化の長い歴史の中で初めてのことだと思います。ホモ・サピエンスの進化史30万年の中で、また、ホモ属の進化史200万年の中で、こんなに変化のスピードが早かったことはなかったでしょう。その多くは、情報機器や技術に関するものによる変化です。

私はもう、若い世代の学生たちと接する機会が激減したので、自分の体の感覚として、若い世代の人たちの感覚を感じることがなくなってしまいました。しかし、他の大学の学長の多くも、企業のトップや政治家たちも、本当に今の若い世代のことを知りません。

だから、年長の人々の言うことは、もう尊敬されないのです。だって、今の技術も使いこなせないし、使っている人々の間で何が起きているのかもわからないのですから。世代間ギャップはこれまでもあったけれど、今はそれがとても深

刻な状況だとも思います。その中で、私よりも若い世代の学者たちがこのコホート研究に携わり、今の思春期の人たちがどんな暮らしをしているのか、何を考え、何を感じているのか、親御さんたちはどう思っているのかを明らかにしていくのは、とても大切なことだと思います。

私たちの脳と心の基盤は、この200万年、30万年の進化史の中で作られました。しかし、それがどのように実際に働くのかは、現在の環境によります。その環境が、昔の環境とは様変わりしてしまった今、生物学的に作られた基盤としての脳と心がどのようにその変化に対応しているのか、対応できなくて困っているのか、本コホート研究によって、そこを明らかにしていければ、進化学者としての私はとても嬉しいです。

私が嬉しいだけでなく、これからの社会を築くための一助になると信じています。

過去の応援メッセージは
ホームページ上でご覧いただけます

東京ティーンコホート 検索

ロンドンと東京の若者の共同研究プロジェクト

🇬🇧 London × 🇯🇵 Tokyo



東京ティーンコホートのような、ある集団を長期間追跡して観察するコホート調査は、海外では日本よりも一般的に行われており、今までに多くの調査が実施されています。今回はそのうちのひとつ、今イギリスで行われている、若者を対象としたコホート調査であるREACH(Resilience, Ethnicity and AdolesCent mental Health)を紹介いたします。

REACHは、2015年に始まりました。ロンドンに住む、皆さんと同じくらいの年代の若者を対象にしています。この調査を通じて、「文化的・民族的な背景が、メンタルヘルスにどう影響するのか?」や、「都会の若者は、どんな悩みや問題を体験しているのか?」について明らかにしようとしています。REACHは調査を開始してから5年が経ちますが、そのあいだ3回の調査に4,000人以上の若者が参加しました。調査では、バーチャルリアリティを用いた実験にも協力してもらっています。2020年からは、新型コロナウイルス感染症の流行が若者のメンタルヘルスに与える影響について調べるためのデータも集めています。



REACH: バーチャルリアリティを用いた実験

現在、東京ティーンコホートのデータを使って研究を進めている研究生のDanielさん(4ページの「研究員紹介」もぜひご覧ください!)は、日本に来るまでREACHのリサーチアシスタントとして研究に携わっていました。今回、Danielさんが日英コホートの架け橋となって、東京ティーンコホート(TTC)とREACHの参加者が交流する機会を企画しています。TTCとREACHの参加者の皆さんが協力し合って、「こういう研究や調査をしてほしい」という提案をしてもらったり、研究に関わるイベントを実施したいと考えています。

企画内容や時期など詳細が決まりましたら、今後ハガキやニュースレターなどで周知する予定です。英語やイギリスに興味がある方、科学や心理学に興味がある方、この企画自体に興味を持った方など、多くの方に参加いただきたいと考えています。

また、東京ティーンコホートに関する論文や研究から新しく分かったことを、ホームページや冊子などで定期的にお知らせすることも企画しています。今後の企画を通して、さらに東京ティーンコホートに興味を持っていただけると嬉しく思います。



思春期の時点で抱いていた価値意識が高齢期の幸福感を予測する

～60年以上にわたる大規模コホート調査によるエビデンス～



山崎 修道

東京都医学総合研究所 主席研究員

現在、世界では急速に高齢化が進んでいます。なかでも日本の高齢者人口の割合28.7%は過去最多かつ世界で最高となっています(2020年9月20日総務省統計局が発表)。高齢期の幸福感はからだやこころの健康と関連していることがわかっており、幸福感を支える要因に国際的な関心が集まっています。そこで、生まれてから高齢になるまでの人生を広く長くとらえる『ライフコース疫学研究』によって、思春期や青年期といった若い頃のどのような要因が、高齢期の幸福感を高めているのかを調べることにしました。

イギリスには1946 British birth cohortという、第二次世界大戦直後にイギリス全土で始まり、現在に至るまで60年以上にもわたって継続されてきたコホート調査があります。私たちは、イギリスの研究者と協力して、この調査の13～16歳、60～64歳の時の調査データ、1727名分を解析しました。その結果、思春期の時に抱いていた「興味や好奇心を大切にしたい」という内発的な価値意識が、高齢期の高い幸福感をもたらしている事が初めてわかりました。

また、若い頃の、さまざまな欲求・誘惑に負けずに自分をコントロールする力(自己コントロール力)は、成人後の経済的な成功を左右するものの、人生の満足感とは関係しないということがこれまでにわかっていましたが、今回新たに、自己コントロール力が低く生きづらさを感じている若者が「金銭や安定した地位を大切にしたい」という外発的な価値意識を強く抱いていた場合に、最も高齢期の幸福感が低いということもわかりました。これらは親の社会経済的地位や本人の学歴といった、自分の置かれた環境とは関係なく確認されました。

若者が年を重ねて人生を振り返った時に「よい人生だった」と思えるためには、周りの大人が経済的な成功や安定を目指すように促すよりも、若者自身の興味や好奇心を育むためのサポートを与えたり、教育環境を作っていくことが大切だと考えられます。

ではどのような教育施策が若いみなさん一人一人の興味・好奇心を支えるために有効なのか。今後のコホート研究で明らかにしていきたいと考えています。



Yamasaki, Nishida, Ando, Murayama, Hiraiwa-Hasegawa, Kasai, & Richards (2020) Interaction of adolescent aspirations and self-control on wellbeing in old age: Evidence from a six-decade longitudinal UK birth cohort, The Journal of Positive Psychology <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1818809>

論文ページはこちら

