

肥満の無い人はコーヒー摂取で代謝を助けるホルモンアップ？**<ポイント>**

- ・脂肪細胞から分泌されるアディポネクチンは、インスリンの働きを助け、血糖値を下げる、動脈硬化を予防するなどの働きがある。
- ・コーヒー摂取で血清アディポネクチンが増えるという報告があるが、肥満ありの人、なしの人に分けて解析されていなかった。
- ・本研究では、コーヒー摂取と血清アディポネクチンとの関係を肥満の有無で分けて検討した結果、肥満がない人において有意な正の関連が見られた。

<報道概要>**<研究の背景と経緯>**

循環器疾患は世界における主要な死因の一つであり、2021年には2,050万人の方が循環器疾患関連で亡くなっていることが報告されています。循環器疾患のリスク要因である肥満、高血糖、脂質異常、高血圧は複合体としてメタボリック症候群を形成します。

コーヒーは世界で最も人気のある飲料の一つですが、疫学研究の結果からコーヒーの健康への効果も期待されています。例えば、我々は、コーヒーをよく飲んでいる方は、肥満の有無に関わらず代謝の異常がある方が少ないということを示しています(Watanabe et al., Nut Metab Cardiovasc Dis. 2023)。脂肪細胞から分泌されるホルモン「アディポネクチン」はインスリンの働きを助け、血糖値を下げる、動脈硬化を予防するなどの働きがあることが知られています。また、コーヒー摂取により、血清アディポネクチン値が上昇することが複数報告されていました。一方で、アディポネクチンは肥満と重要な関係があるにもかかわらず、肥満の有無に分けた解析は行われてきませんでした。

<研究内容と成果>

本研究では日本多施設共同コホート研究徳島地区調査に参加した606名の方を対象にコーヒー摂取と血清アディポネクチンとの関係について肥満の有無によって分けた解析を行いました。年齢、性別など交絡要因となりうる因子を調整した重回帰分析※1において、正常体重の方においてはコーヒー摂取と血清アディポネクチンに有意な正の関連（コーヒーをよく飲む人では血清アディポネクチンが高い）が見られました。一方で、肥満の方においては有意な関連は見られませんでした。

<今後の展開>

コーヒーを飲んでいると代謝の異常のある人が少ないことの原因として、肥満のない人ではアディポネクチンが関与していることが示唆されました。

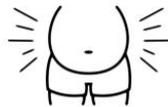
今までの研究から肥満がある方とない方の代謝異常は遺伝的背景も含めて病態が異なるといわれています。

今後コーヒーを含めた食習慣、生活習慣と代謝異常との関係について、肥満の有無による違いに注目した解析を行うことで、個々人の体質にあった、健康に良い生活習慣を考える上で有用な情報を発信していきたいと考えております。

結果のまとめ



コーヒーを飲んでいると
血清アディポネクチンが有意に高い傾向あり



コーヒー摂取と血清アディポネクチンに
有意な関連なし



【用語解説】

※1) 重回帰分析：ある変数（血清アディポネクチン）とある変数（コーヒー摂取量）との間の関係性を、交絡（見たい因子同士の関係性に影響を与えうる因子。年齢、性別など）を調整したうえで検討できる解析手法です。

【謝辞】

本研究は、論文の共著者に加え、リンク先の J-MICC 研究に貢献いただいた方のご協力の下行われました。https://jmicc.com/?page_id=3430

また、文部科学省がん特定領域研究 (No. 17015018)、がん支援 (No. 221S0001)、日本学術振興会科学研究費補助金学術変革領域研究コホート・生体試料支援プラットフォーム (No. 16H06277&22H04923)、若手研究 (20K18659&24K20112, 25K21075)、科学技術振興機構共創の場形成支援プログラム (JPMJPF2018)、徳島大学 KundaraPOC の支援を受けて実施されました。

お問い合わせ先

大学院医歯薬学研究部

メディカル AI データサイエンス分野 (旧予防医学分野)

担当者 助教 渡邊 毅

電話番号 088-633-7073

メールアドレス watanabe.takeshi.2@tokushima-u.ac.jp