

掛川 スタディ

緑茶の健康増進効果を証明するために、掛川市の全面的な協力により、平成21年6月末から掛川市民を対象として大規模な栄養疫学研究[※]が行われています。この研究は、緑茶の健康増進効果を確立し、世界の人びとの健康向上に寄与することを目的としています。

※東北大学(栗山進一 教授)、九州大学(立花宏文 教授)、野菜茶業研究所(山本万里 研究グループ長 現・食品総合研究所 食品機能研究領域長)の各機関による共同研究です。

緑茶 コホート研究

アンケート調査や血液検査、身体測定などを通じて、緑茶飲用の生活習慣や健康状態の基礎調査を行った後、追跡調査により、生活習慣と病気の関連性を調査します。追跡調査を継続中。

緑茶介入試験

お茶の試験食品を12週間継続して摂取し、血液検査などにより緑茶の生活習慣病予防効果を調査。平成23年度までに延べ413人が参加しています。

緑茶の 形態による吸収 への影響解析

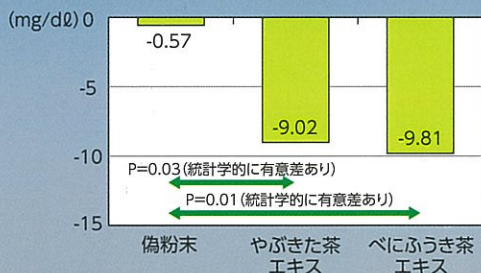
緑茶に含まれるカテキン類の体内への吸収について、緑茶を淹れる温度、時間、緑茶の粒度、飲み方の違いなどが与える影響を調査しています。

緑茶カテキン 感知機能

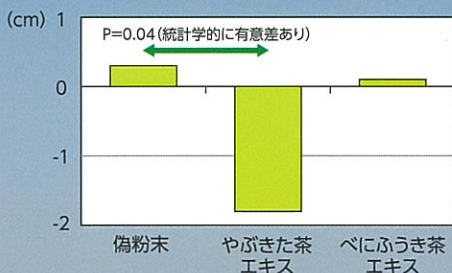
緑茶の中にあるカテキンを、効率よく体内に吸収するには、どのような生活習慣が適しているかを研究しています。

生活習慣病、特に動脈硬化予防効果を確認するために実施した緑茶介入試験。試験参加者を3グループに分け、それぞれ掛川産やぶきた茶エキス粉末、べにふうき茶エキス粉末、緑茶成分の含まれない偽粉末の入ったカプセルを毎食後12週間に渡って摂取してもらいました。その結果、緑茶の生活習慣病予防効果が明らかになりました。

■ LDL-コレステロールの変化



■ ウエストの変化



やぶきた茶エキス粉末の入ったカプセルを12週間飲み続けた人は、悪玉コレステロールが平均9.02mg/dl減少し、ウエストも平均1.86cm細くなりました。試験を主導した栗山進一教授によれば、これだけの効果が、運動や食事制限を伴わずに得られるのは、病院で処方される薬並みだそうです。

深蒸し茶を、 毎日飲む。

掛川のひとびとの
ライフスタイルが
健康への道すじを
示しています。

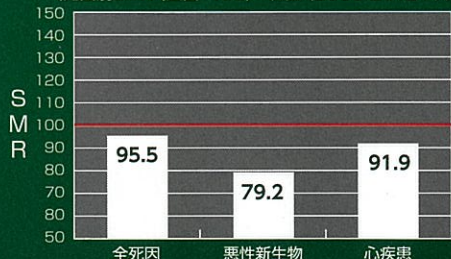


健康寿命と医療費

健康上の問題がない状態で日常生活を送れる生存期間について、厚生労働省が実施した「健康寿命調査」によれば、都道府県別の健康寿命（平成25年）は、静岡県の男性が3位、女性が2位でした。掛川市民の健康関連の調査結果として、次のような数値が出ています。

■ 掛川市の死因別標準化死亡比 (SMR)

〈死因別SMR (全国=100) : 総数 (2008-2012年)〉



出典：H20-24静岡県市町別SMR（静岡県総合健康センター）

掛川市は疾病ごとの亡くなる方の割合が、日本国内の平均と比べてがんが20.8ポイント、心疾患で8.1ポイント低いという結果でした。

■ 後期高齢者医療一人あたり医療費

	掛川市(a)	全国(b)	(a)/(b)
平成20年度	621,339円	785,904円	0.79
平成21年度	676,586円	882,118円	0.77
平成22年度	689,268円	904,795円	0.76
平成23年度	710,560円	918,206円	0.77
平成24年度	720,118円	919,452円	0.78
平成25年度	727,557円	929,573円	0.78
平成26年度	741,941円	923,576円	0.80

後期高齢者医療事業状況報告第2表(厚生労働省)及び静岡県後期高齢者医療広域連合資料より作成

後期高齢者の一人あたり医療費は全国平均と比べて20%以上低くなっています。

■ がん標準化死亡比 市区別ランキング

順位	男性		女性	
	地域	数字	地域	数字
1	静岡県 掛川市	77.3	静岡県 掛川市	79.0
2	東京都 杉並区	77.8	岩手県 花巻市	81.3
3	長野県 飯田市	79.2	長野県 飯田市	83.9
4	長野県 松本市	82.3	静岡県 磐田市	85.6
5	静岡県 藤枝市	82.4	静岡県 浜松市	85.6
6	沖縄県 浦添市	83.5	滋賀県 東近江市	86.5
7	静岡県 磐田市	85.1	愛媛県 西条市	86.9
8	静岡県 浜松市	85.1	広島県 廿日市市	88.0
9	東京都 目黒区	86.4	香川県 丸亀市	88.3
10	千葉県 我孫子市	86.5	山口県 山口市	88.5
11	長野県 上田市	87.4	静岡県 藤枝市	88.6
12	岐阜県 各務原市	87.5	三重県 鈴鹿市	89.0
13	三重県 松阪市	87.7	三重県 津市	89.0
14	長野県 長野市	87.9	東京都 青梅市	89.2
15	広島県 廿日市市	88.1	三重県 松阪市	89.5

厚生労働省人口動態統計特殊報告「平成20年～24年人口動態保健所・市区町村別統計」を加工して作成

日本国内人口10万人以上の市区のがん死亡率の統計によれば、掛川市は男性・女性ともに最もがん死亡率が低いという結果が示されています。



掛川の緑茶の飲み方

深蒸し茶は、通常よりも茶葉を長く蒸す製法。色が濃く、細かい浮遊物がたくさん含まれているのが深蒸し茶の特徴です。蒸し時間が長いので、茶葉の組織が崩れてさまざまな栄養成分をより多く抽出できます。沸騰したお湯を湯のみに注いで少し冷ました後、急須に静かに注いで30～60秒ほど、お茶から美味しい成分が出るまでじっくり待ってからお召し上がりください。

掛川市役所 環境経済部 お茶振興課

〒436-8650 静岡県掛川市長谷一丁目1-1
TEL.0537-21-1216 FAX.0537-21-1212
http://www.city.kakegawa.shizuoka.jp