

海外研修レポート

10th International Society for Physical Activity and Health Congress in Paris に参加して

北濃成樹¹⁾

■はじめに

2024年10月28日～31日にフランス・パリで開催された10th International Society for Physical Activity and Health Congress (ISPAH 2024)に参加し、研究成果を発表した。本レポートでは、本学会への参加を通じて得られた知見や学びについて報告する。

■大会概要

ISPAH 2024は、同年夏にオリンピックが開催された都市・パリにて行われた。大会テーマは「すべての人が身体活動を確保するための政策と実践の加速」であり、世界各国から研究者、実務者、政策決定者が集まり、身体活動へのアクセスや参加の不平等に対応するための方策や、関連する最新の研究について議論が交わされた。発表内容は、ランダム化比較試験による実験研究、観察研究、研究成果の普及や実装に関する研究など、幅広いトピックを含んでいた。

■大会の雰囲気

本大会は身体活動の公衆衛生に関する国際会議としては規模が大きく、700名以上が参加したと記録されている。国内の類似した学会と比べて、いくつかの違いを感じることができた。なかでも印象的だったのは、女性研究者の参加が男性よりも



会場入り口で荒尾名誉所長、藤井研究員と



会場に設置された「運動できるベンチ」



WHO のブース

1) 公益財団法人 明治安田厚生事業団 体力医学研究所 Physical Fitness Research Institute, Meiji Yasuda Life Foundation of Health and Welfare, Tokyo, Japan.

多かった点である。また、日本では高齢者を対象とした研究が多い一方で、本大会では子どもを対象にした研究発表が多く見られたことも印象的であった。

更に、世界保健機関（WHO）が公開している「身体活動および座位行動ガイドライン」の策定に携わる研究者も多く参加しており、身体活動政策に関する研究発表が多数見受けられた。なかでも、次期ガイドラインの方向性に関する議論（例：デバイスで評価された身体活動に関するエビデンスを中心に策定されるかどうか）を直接聞くことができたのは、自身の今後の研究計画を考えるうえで非常に有意義であった。

■研究発表

本大会では、「Gender differences in the longitudinal associations of 24-hour movement behaviors with psychological distress in workers（勤労者における24時間の行動と心理的ストレスの縦断的関連性における性差）」というテーマでポスター発表を行った。ホワイトカラー勤労者を対象に、24時間の身体行動と1年後の心理的ストレスとの関連性を検討した本研究では、望ましい行動バランスには性差があることを明らかにした。具体的には、座位行動を減らしたうえで、男性では睡眠時間の増加が、女性では中高強度身体活動の増加が、1年後の心理的ストレスの低さと関連していた。

発表時には、行動を24時間のバランスでとらえる点や、性差に着目している点に関心をもってもらい、参加者からは「興味深い」とのフィードバックを得ることができた。また、海外の参加者からは、本研究で用いた健診コホートのデータに強い関心が寄せられた。特に、定期健診という枠組みを活用して長期的な追跡が可能であるという点に新しさを感じてもらえ、本コホートの強みや独自性を再認識する機会となった。

■おわりに

久しぶりの国際学会参加となったが、世界中の多様な研究者や研究発表に直接ふれることで、大いに刺激を受け、研究へのモチベーションも高まった。所属研究所が取り組む研究プロジェクトの方向性が、国際的な潮流と合致していることを実感する一方で、海外の研究者たちの研究推進力—ひとつのテーマを長年かけて深め、組織的に連携しながら、新たな研究潮流やコンソーシアムを立ち上げる力—には大きな敬意を抱いた。こうした姿勢は、ぜひ今後見習っていきたいと感じている。得られた学びや気づきを、今後の研究活動や国際的な発信に活かしていきたい。

なお、次回の ISPAH は2026年にメキシコで開催される予定である。



ポスター発表の様子



発表ポスター