



2026年5月22日（金）

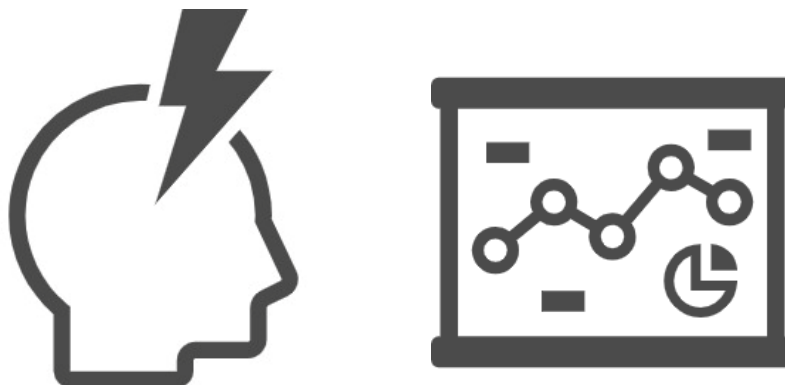
各位

約3,000項目の健康ビッグデータを活用した解析により解明
頭痛が起こりやすい人に共通する血中成分を新たに確認

日本神経学会学術大会（2026年5月20～23日）で発表

第一三共ヘルスケア株式会社（本社：東京都中央区、社長：内田高広、以下「当社」）は、国立大学法人弘前大学（以下「弘前大学」）および国立大学法人東京大学医科学研究所と共同で実施している健康ビッグデータを活用した解析研究（以下「本研究」）により、頭痛が起こりやすい人に共通する血中成分（因子）の特徴を新たに明らかにしました。

本研究の成果は、本年5月21日に、第67回日本神経学会学術大会において発表しました。



当社の調査*1によると、日本人の約4人に1人が週1回以上の頭痛を経験しており、頭痛は多くの生活者にとって身近で重要な健康課題といえます。一方で、これまで頭痛を客観的に評価する指標（バイオマーカー）については十分には解明されていませんでした。

このたび本研究により、頭痛が起こりやすい人に共通して特定の血中因子が低値を示す傾向が確認され、新たな科学的知見が示されました。

当社は、本研究で得られた知見を製品開発や情報提供に生かすことで、誰もが安心してセルフケア・セルフメディケーションに取り組める社会の実現に貢献することを目指してまいります。

1. 研究の背景と目的

頭痛は多くの人を経験する一般的な症状である一方、つらくても我慢して医療機関の受診に至らないケースも多く、生活の質（QOL）や仕事・家事などの日常活動に支障を来すことが指摘されています。頭痛の発現傾向には体質や生活習慣、栄養状態などさまざまな要因が関与すると考えられていますが、一般生活者を対象に、血液検査などの客観的データと頭痛との関連性を詳細に調査した研究は限定的でした。

当社は、2024年に弘前大学と共同で「健康ライフサイエンス研究講座」を開設し、同大学が「岩木健康増進プロジェクト」の一環として弘前市岩木地区の住民を対象に実施している健診から長年収集している健康ビッグデータを活用した研究を推進しています。このビッグデータは、延べ約3万人、項目は血液検査・生活習慣・睡眠など1人当たり約3,000項目に及びます。

本研究では、これらのデータを用いて、（1）頭痛の実態把握、（2）頭痛と関連する血液因子の特定を目的として解析を行いました。

2. 研究概要および成果

本研究においては、2024年度に「岩木健康増進プロジェクト」の健診を受診した弘前市岩木地区の住民 1,162名を対象としました。参加者には、過去1年間の頭痛の有無、頭痛の頻度や症状、頭痛時の対処方法などについて質問し、その回答と血液検査結果を組み合わせることで分析しました。

<結果（1）> 頭痛の実態把握

過去1年間に頭痛を経験した人の割合は、女性や若い世代で高い傾向がみられました。また、頭痛経験者のうち、医療機関で診断を受けている人は男女ともに1割未満にとどまり、多くの人が自己判断で対処している状況が確認されました。

<結果（2）> 頭痛と関連する血液因子の探索

頭痛に悩んでいても医療機関を受診していない人が多い現状を踏まえ、客観的に自身の身体の状態を知る手掛かりとして、頭痛経験の有無と関連する因子の探索を行いました。血液検査項目について、「過去1年間に頭痛を経験した人」と「そうでない人」を比較した結果、以下因子の血中濃度に違いがみられました。

- ・ ネルボン酸（超長鎖脂肪酸の一種）
- ・ 25(OH)D₃（活性型ビタミンD）

これらの因子においては、性年代にかかわらず頭痛経験者の方が低い数値を示すことが確認されました*²。さらに、性年代に加え他の複数の血中因子による頭痛への影響を同時に考慮する解析*³においても同様の結果が認められたことから、これらの血中因子が頭痛の起こりやすさと関係している可能性が示唆されました。

（補足）ネルボン酸とは：神経細胞の膜を構成する成分の一つとして知られる脂肪酸。本研究により頭痛との関連が示されたことは新しい知見といえます。

3. 今後の展望

本研究は、頭痛という客観的な評価が難しい症状について血中因子を指標に身体の状態との関連を新たに示したもので、さらなる詳細な検討により頭痛予測・対策につながる有効なバイオマーカーとなる可能性があります。

頭痛対策として市販の頭痛薬を使用する方も多い一方で、頭痛が長引く場合や、薬を使う回数が増えている場合には、生活習慣の見直しや医療機関への相談も含めて、適切に対処することが重要です。今回得られた知見は、自身の身体の状態を把握する一助となるとともに、頭痛との上手な付き合い方を考える材料として、今後のセルフケアや健康意識の向上に寄与することが期待されます。

当社は今後も、本共同研究を通じて、頭痛・睡眠・口腔など生活者に身近な健康課題について、科学的根拠に基づく研究を推進し、その成果を分かりやすい形で社会に還元してまいります。

<ご参考>

1. 第一三共ヘルスケアについて

第一三共ヘルスケアは、OTC 医薬品領域におけるリーディングカンパニーとしての強みを基盤に、機能性スキンケア・オーラルケア・食品分野へと事業領域を拡大し、生活者の健やかな人生に寄り添うトータルヘルスケア企業として成長を続けています。

私たちの理念を体現するコーポレートスローガン「Fit for You ひとりひとりの健やかな人生のライフパートナー」を掲げ、誰もが安心してセルフケア・セルフメディケーションに取り組める社会の実現に貢献してまいります。

2. 弘前大学「健康ライフサイエンス研究講座」について

第一三共ヘルスケアと弘前大学は、2024年3月に共同研究講座「健康ライフサイエンス研究講座」を開設しました。本講座では、青森県弘前市で20年以上続く「岩木健康増進プロジェクト健診*4」で得られた延べ約3万人規模、約3,000項目に及ぶ健康ビッグデータを活用して、生活者の睡眠・口腔ヘルス・疾病予防行動・生活習慣病などの健康指標に着目したデータサイエンスに基づく研究を行っています。本研究もこの活動の一環として実施しました。

*1 日本人の「痛み」実態調査（期間：2011年12月9～12日 対象：過去1年間に頭痛を経験した20～59歳の男女800名）

*2 年齢や性別による影響を取り除いた群間比較（共分散分析）。

*3 複数の条件（年齢・性別・体格など）をまとめて考えることで、より現実に近い関係を調べる方法（多変量ロジスティック回帰分析）。

*4 岩木健康増進プロジェクト健診：弘前大学が青森県弘前市（岩木地区）で2005年から継続実施している大規模合同健康調査で、毎年1,000名を超える参加者を対象に、1人当たり約3,000項目という世界に例のない膨大な健診項目を設けることで、巨大な健康ビッグデータを記録しています。