

2025年12月24日  
日本郵政株式会社

日本郵政株式会社が、  
東北大学スマート・エイジング学際重点研究センターおよび大塚製薬株式会社と  
「運動による老化時計の制御」に関する共同研究契約を締結

日本郵政株式会社（東京都千代田区、取締役兼代表執行役社長 根岸 一行、以下「日本郵政」）は、東北大学スマート・エイジング学際重点研究センター（宮城県仙台市、以下「東北大学」）および大塚製薬株式会社（東京都千代田区、以下「大塚製薬」）と、「運動による老化時計の制御」に関する共同研究（以下「共同研究」）の契約を締結したことをお知らせします。

### 1 共同研究の目的とポイント

- 「DNAメチル化老化時計（以下「老化時計」）」を活用し、一人ひとりの「生物学的老化度」を科学的に可視化します。
- 「老化時計」に対する運動介入の効果を測定し、健康寿命の延伸や医療費の削減へ寄与する可能性を検証します。
- 「個人ごとの生物学的老化度を測定し、その結果に基づいて、運動による改善を目指す」という、世界の先端研究機関でも注目されている取り組みを、日本国内において初めて先進的に実証します。

### 2 背景

日本は世界に類を見ない超高齢化社会を迎えており、平均寿命と健康寿命との間に10年以上の差があることが大きな社会課題となっています。医療費・介護費の増加や社会保障制度の持続性が危ぶまれる中、老化そのものに着目した「ジェロサイエンス\*」の考え方方が注目され、老化に直接働きかける介入の科学的実践が強く求められてきました。

また、生まれてからの年数で表される一般的な年齢（暦年齢）とは異なり、個々の生物学的老化度を捉える「老化時計」を用いて、これを標的とした個別に最適化された介入法を確立することが、世界的なヘルスケア分野の課題となっています。

このような環境のもと、私どもは、日本郵政グループ経営理念のひとつである「地域のお客さまの生活を支援し、お客さまと社員の幸せを目指します」という考え方のもと、健康経営の推進によるグループ社員の健康増進および地域社会における人々の健康寿命の延伸に貢献することを目指しています。

本共同研究では、東北大学および大塚製薬と連携し、「老化時計」に対する運動介入の効果検証を行います。

\* ジェロサイエンス：老化が多くの慢性疾患の根本原因であるという前提に立ち、これを制御することで健康寿命を延ばすことを目指す学際的研究分野。

### 3 研究概要

本研究は、日本郵政、東北大学および大塚製薬が実施する共同研究となります。

血液からDNAを抽出し、加齢に伴うメチル化パターンを解析することで、被験者個々人の生物学的老化度を測定します。

- 具体的には、運動習慣のない中年層（約15名）を対象とし、3か月間の中強度有酸素運動や高強度インターバルトレーニングを相対的な運動強度で実施します。
- 運動介入の前後で「老化時計」により定量化された生物学的老化度を比較するとともに、体力・認知・心理などの健康指標と生物学的老化度との関連も分析します。
- 上記の運動介入群に加え、運動介入を行わない運動習慣のない中年層（約15名）を対照群として比較を行います。
- 共同研究は東北大学にて実施し、東北大学が全体の統括および研究実施を、日本郵政が被験者の運動介入前後の体力指標の測定を、大塚製薬がその他の生理学的指標の分析を担当します。

日本郵政は、共同研究を通じて得られたノウハウを基盤とし、日本郵政グループが有する全国規模の郵便局ネットワークや、運営する病院等のリソースを活用することで、「健康寿命の延伸」という社会課題の解決と次世代ヘルスケア産業の創出を目指します。今後も、生活サポートプラットフォームとしての日本郵政グループのさらなる魅力と価値の創造に努めてまいります。



以 上