

社団法人全国栄養士養成施設協会主催

第112回研修会報告

報告者：神戸学院大学栄養学部助教 尼子 克己

平成25年11月26・27日、名古屋ガーデンパレスにて社団法人全国栄養士養成施設協会主催の第112回研修会が開催された。筆者はFD活動の一環として当該研修会に参加したので、その内容について報告する。

内容

全国栄養士養成施設協会は指定認可栄養士養成施設数272校中268校が加盟（平成22年3月現在）する団体であり、本研修会はその事業のひとつとして毎年企画運営されているものである。今回は北は青森、南は鹿児島から63名の参加者があった。最新の学術および制度に関する情報を収集するとともに、各養成機関との交流を通して現在の管理栄養士養成に関わる問題点を共有し、その解決方法を探ることは、本学栄養学部のFD活動として極めて重要である。研修会は5つの講演からなり、初日にⅠ～Ⅲの3講演、2日目にⅣ～Ⅴの2講演が行われた。以下、それぞれの概要を記す。

講演Ⅰ 「食品の機能性研究の現状と未来像」

—— パン・小麦の話題を織り込んで ——

東京農業大学総合研究所客員教授 荒井 綜一 氏

演者は食品に機能性（三次機能）の概念をはじめて提唱した、いわば食品機能性研究のパイオニアである。講演は医食同源や貝原益軒の「養生訓」といった食に関する言い伝えから日本人が先駆的な研究成果を挙げたビタミンや旨味成分に続き、機能性食品の位置づけとその動向について述べられた。食品の機能性研究は当初、ペプチドが主要な対象であり、エピトープ部分の加水分解処理を施したアレルギー低減化米が特定保健用食品の第1号であったこと、21世紀に入ると植物ポリフェノールを中心とした植物性食品素材が大きな関心を集めることになり、その一例としてコーヒークロロゲン酸による脂肪低減効果について説明があった。さらに、エピジェネティックな制御によって妊娠中の母体の栄養状況が胎児の出生後の体質を左右する、あるいは消化管に発現する味覚受容体が摂食行動や代謝活性を制御する、といった、従来の栄養学では踏み込むことの出来なかった領域にも研究が進展しつつあることなどが紹介された。

講演Ⅱ 「時間栄養学とメタボリックシンドローム」

名古屋大学大学院生命農学研究科准教授 小田 裕昭 氏

「時間栄養学」は概日リズムとよばれる、約24時間の周期で周期的に訪れる体内の様々な変化を取り扱う「時間生物学」という研究分野の中で、摂食・代謝に関する部分を取り

扱うものである。周期的に変動する体内因子は遺伝子レベルでも全体の10%近くにのぼるが、それらの殆どは他の因子に連動する形で変動するだけであり、それらを司る極く少数の時計遺伝子が刻むリズムが体全体を制御している。話題は、1. 今なぜ時間栄養学か、2. 概日リズムの分子メカニズム、3. 時計遺伝子の異常による生活習慣病、4. 不規則な食生活と脂質代謝、5. 食事はどうやって時計を制御するか、6. どの食品成分が時計を制御するのか、7. 時間栄養学から見たベターな食スタイル の7つに分けられ、主にマウス・ラットを用いた研究成果と、そこから提示される作業仮説がヒトに当てはまるかどうかの実証について述べられた。摂食や代謝に関わる遺伝子群が周期的に制御されることは想像が容易であるが、摂食行動自体が時計の針を進めたり、或いは遅らせたりするという実験結果は、現代人の陥りがちな生活リズムの乱れが身体のリズムそのものを狂わせるといふ、憂慮すべき事態を鋭く指摘するものであった。

講演Ⅲ 「患者教育と腎臓病の栄養指導について」

愛知医科大学腎臓・リウマチ膠原病内科教授 今井 裕一 氏

栄養指導は病院管理栄養士の主要かつ重要な業務であるが、食生活の変化が病態に鋭敏に反応するわけではないため、どうしても患者の意識によって成否が大きく分かれる。演者は患者教育を一般的な行動変容モデルからスタートさせ、1. 患者を理解する、2. 個別の学習目標の設定、3. 標準指導計画の患者に合わせた修正、および4. 目標達成毎の評価 をPDCA サイクルの中で実践すること、およびコミュニケーションの構造と患者—管理栄養士間の基本的スタンスにおいて受容・共感が極めて重要であると指摘された。さらに、腎臓病の患者教育を例として挙げ、病気に関する知識を整理し、患者に特に意識させるべき点、および指導の形態が勤務先でどのように変化してきたかについて解説された。全体の内容はおそらく、臨床栄養学の講義・実習の中で取り扱われたものと大きな差はないものと想像されるが、現場での指導状況が、「かくあるべし」という結論のみではなく、試行錯誤のプロセスとして示されたことは、教員サイドが学生に伝わりやすい講義を進めていく上で参考になる部分が多くあったように思う。

講演Ⅳ 「生きがい、栄養と健康長寿」

名古屋学芸大学大学院栄養科学研究科教授 下方 浩史 氏

演者は前国立長寿医療センター予防開発部長（現在は客員研究員）で、「老化に関する長期縦断疫学研究（NILS-LSA）」を牽引してきた疫学研究者である。講演は1. 日本人はなぜ長生きか？、2. 理想的肥満度、3. 高齢者の栄養問題、4. 高齢者の栄養状態の評価、5. おわりに からなり、先に挙げた疫学研究的結果と、それらに基づいた高齢者栄養指導のポイントについて概説された。特に、BMI や血清コレステロール値の最適とされるレベルが加齢ともなって変動すること、およびたんぱく質を始めとするいくつかの体内プール量が低下することから、ライフステージに応じた栄養摂取の重要性が強調されており、自身が応用栄養学実験の担当教員として教育に加わっていることから、食事設定の際にそのニュアンスを学生に的確に伝えるべきであることを再確認した。演者らのグループ

では最近になって、単なるたんぱく質量ではなくアミノ酸組成を含めた食品データベースを公開している。分岐鎖アミノ酸はいわば筋肉のエネルギー源であり、かつ必須アミノ酸である。骨格筋量が落ちる上、摂食量がどうしても低下しがちな高齢者にとって、分岐鎖アミノ酸含量の確保は高齢者のQOLを維持するうえで極めて重要であることから、こうしたデータベースが広く認知され、活用されることが期待される。

講演V 「食品の機能性表示制度の現状と今後の展望」

名古屋文理大学健康生活学部フードビジネス学科教授 清水 俊雄 氏

平成25年6月に、食品表示法が可決成立し、2年以内の施行が予定されている。従来の食品表示に関する三法（食品衛生法、JAS法及び健康増進法）は、衛生上の危害発生防止、品質に関する適正な表示、国民の健康増進をそれぞれ目的とする概念の異なる法律であったが、新法ではこれらすべてに係る食品表示を包括的かつ一元化し、食品を摂取する際の安全性、および一般消費者の自主的かつ合理的な食品選択の機会を確保するために創設された。また、現状任意制度となっている栄養表示についても義務化が可能な枠組みとするなど、様々な改正点をも伴っている。講演では法律が制定された経緯、世界各国の栄養強調表示制度について概説され、さらに法改正による今後の展望（例えば、特定保健用食品・栄養機能食品表示の整備拡充と、その根幹となる企業の自己責任表示制度、すなわち国の審査許可に制限されない健康増進効果の表示など）について説明がなされた。食品の表示は管理栄養士が習得すべき事項の主要部分をなしており、先行してこれらの知識を修得することは教育活動上極めて重要である。

所感

講演内容は実験科学から疫学、患者の栄養指導、さらには食品の機能性とそれに関連する表示制度の変更など、管理栄養士が関わる広範な領域に関連していた。講演I、III、IVはそれぞれ、従来の教科内容に厚みをもたせることが出来る講演であった。一方、講演IIは「何を」「どれだけ」食べるかではなく、「いつ」食べるかの重要性を基礎科学のデータからクリアに示しており、近年管理栄養士課程の講義内容に取り入れられつつある分子栄養学の一分野の姿を垣間見ることが出来た。また講演Vは本年国会で可決成立した食品表示法に関するものであり、従来の食品表示に関する法律からの理念、規則の違いについて学んだ。

参加者の担当科目はやや食品学が多かったが、他の分野科目の担当者もまんべんなく参加しており、また職階についても幅広く参加していたようである。休憩時間等の話題は学生確保よりも教員の多忙さと就職先確保に関するものが多く、本学栄養学部生が抱える問題は他校でも類似しているという印象を抱いた。講演Iの後半部分、および講演IIの時間栄養学は、現時点では動物レベルでの実験結果が主体であり、その結果は極めて興味深いだけでなく、エビデンスが確立すれば管理栄養士が備えるべき知識として優先度の高いものになる可能性は高い。しかしながらヒトに対するエビデンスが十分に確立していない現在にあって、時間栄養学はヘルスケアに関する雑誌や広告に既に多く採り上げられている。

「時間栄養学」という語句を google で検索すると100万件を優に超えるサイトがヒットする現状は、研究の進展状況を客観的に見れば、些か過熱気味だと言わざるをえない。マウスやラットといった、夜行性の実験動物による結果を以って演繹される「望ましい食生活」が、「規則正しい」「バランスのとれた」といった形容詞で表現されるものであるが故に、「最新の栄養学の研究成果」としてこれらを喧伝することは、ヒトでの「真実」でなく「道徳的価値観」の押し付けにつながりやすく、むしろ戒めるべき行為になる。一方、現代社会では夜勤などを含めた、生活リズムが乱れざるを得ない人々が一定数居り、彼らの健康増進を図るために概日リズムをコントロールする薬剤の開発が既に進んでいる（小田氏講演）が、そうした薬剤を安易に使用することによって生活の乱れを無きものにしようとする風潮が顕われるとしたら、それもまた問題であろう。

本研修会への参加によって、本学栄養学部生に対する教育活動において、主に講義内容の改善、ならびに教育内容の改訂・進化に資することが期待される。また得られた情報を学部で共有することにより、対象となる学年の教育・指導にも迅速に対応できることになると思われる。

本活動は神戸学院大学栄養学部 FD 予算による補助を受け実施されたものである。この場を借りて御礼申し上げます。