

# 食行動・食嗜好の要因探索と効果的な栄養教育方法の構築

食環境科学部 健康栄養学科

井上 広子 准教授 Hiroko Inoue



## 研究概要

科学的根拠に基づいた栄養教育方法と客観的評価の確立を目指す

## 研究シーズの内容

### 主な研究テーマ

#### 1) 食嗜好と味覚感受性との関連

食嗜好の要因のひとつに味覚感受性が関与していることが考えられています。そこで味覚と食嗜好との関連について、詳細に追求し、最終的に個人に対応したオーダーメイド栄養教育につなげるプロジェクトを展開しています。

#### 2) 健康・栄養教育への活用を目指したチューイングとヒステジンの機能性探索

継続的なチューイングの動作は、脳内ヒスタミンを量産し、食欲抑制・脂肪分解促進やエネルギー消費亢進作用につながることが明らかになっています。本研究では、健康・栄養教育への活用を目指し、チューイングの有用性の探索を目的にヒト介入試験を実施しています。またヒスタミンの前駆物質であるヒステジンについてもヒト介入試験を実施し、その多様な機能性とその有用性についての探索を行っています。

#### 3) 尿を用いた子どもの健康状態の評価とその保護者に対する食と健康に関する研究

子どもの栄養状態や健康状態を客観的に評価し、研究報告している事例はほとんどありません。そこで私たちは、尿中の成分分析を行うことで乳幼児期からの栄養状態や健康状態を客観的に評価できるのではないかと考え、研究を進めています。

#### 4) 精神疾患患者の食習慣・生活習慣の実態解明

精神疾患領域の患者に対する食習慣・生活習慣の実態に関する報告は乏しく、管理栄養士として、患者に対し栄養教育を実施するには、情報量が極めて少ない現状にあります。そこで本研究では、精神疾患を有する患者に対し、食・生活習慣等の調査を詳細に行い、栄養教育支援方法の確立や精神疾患の予防や改善の手立てが食生活の面から得られるよう、鋭意研究を進めています。

## 研究シーズの応用例・産業界へのアピールポイント

当研究室では、管理栄養士が行う生活習慣病の予防・改善のための食育支援を実施しています。また、疾病の一次予防を目的とした食品中の機能性成分やその食品に着目したヒト介入試験の実施と評価も行っています。栄養と健康に関する連携については、お声掛けください。

## 特記事項(関連する発表論文・特許名称・出願番号等)

米国栄養士会(Academy of Nutrition and Dietetics)、日本栄養・食糧学会、日本公衆衛生学会、日本栄養改善学会、日本教育医学会、日本家政学会、日本栄養士会