

鹿児島大学公開講座

第 1 回

栄養の基礎研修講座

Web 開催

主 催： 鹿児島大学 大学院医歯学総合研究科 口腔顎顔面補綴学分野

共 催： 鹿児島大学 大学院医歯学総合研究科

地域連携高齢者歯科医療学センター

後 援： 鹿児島県歯科医師会

研修会における注意事項

1. 出席確認について

オンライン講義の出席確認をさせていただきます。出欠および入室退室の確認を Zoom 入退出記録から行います。

2. 受講方法について

・講演は、Zoom によるオンラインライブ形式で行います。インターネット接続できる各自のデバイスにインストール、聴講のためのスピーカー等の設定を行っておいてください。

・講義当日の Zoom のアクセス URL およびミーティング ID とパスコードは、毎回 2 日前（月曜朝）にメールでお送りします。下記 URL（右：QR コード）に講演要旨をアップする予定です。

URL : <http://w3.hal.kagoshima-u.ac.jp/dental/prostho2/index.htm>

・Zoom の受講情報がメールに届かない場合は、下記に連絡してください。

(TEL : 099-275-6222 Fax099-275-6228)

分野技能補佐員 : 前田 Email : hotetu02@d1.dent.kagoshima-u.ac.jp

西 恭宏 Email : shar@dent.kagoshima-u.ac.jp



・Zoom 入室は、30分前から可能です。

・入室にあたっては、マイクはミュートにしてください。

3. 録画、撮影について

Zoom 講演の録画、録音、撮影を禁止いたします。

プログラム

第1回（令和4年2月2日 水曜日）

19:00 開場, ZOOM 入室可

19:30 挨拶・説明

19:35 講演

「臨床歯科栄養学」

講師 一般社団法人日本健康ライフデザイン機構 会長(理事)

鶴見大学名誉教授, 上海理工大学特任教授

花田 信弘 先生

21:00 閉会

第2回（令和4年2月9日 水曜日）

19:00 開場, ZOOM 入室可

19:30 講演

「栄養素とその代謝 1」

講師 鹿児島大学 農水産獣医学域農学系 農学部 食料生命科学科 講師

加治屋 勝子 先生

21:00 閉会

第3回（令和4年2月16日 水曜日）

19:00 開場, ZOOM 入室可

19:30 講演

「栄養素とその代謝 2」

講師 鹿児島大学 農水産獣医学域農学系 農学部 食料生命科学科 講師

加治屋 勝子 先生

21:00 閉会

第4回（令和4年3月2日 水曜日）

19:00 開場, ZOOM 入室

19:30 講演

「日本人の食事摂取基準と栄養評価」

女子栄養大学 栄養学部 実践栄養学科 教授

上西 一弘 先生

21:00 閉会

第5回（令和4年3月9日 水曜日）

19:00 開場, ZOOM 入室可

19:30 講演

「栄養管理の取り組み」

鹿児島大学 大学院医歯学総合研究科 口腔顎顔面補綴学分野 准教授

西 恭宏

21:00 閉会

第1回 講演要旨

「臨床歯科栄養学」

一般社団法人日本健康ライフデザイン機構 会長（理事）

鶴見大学名誉教授、上海理工大学特任教授

花田 信弘 Nobuhiro Hanada

近代医学研究の急速な進歩により、病気に共通する素因が慢性炎症であることがわかりました。人間の身体にはどこかに炎症があります。放置している炎症の数が多い人が病気になりやすいのです。したがって身体の中にある慢性炎症を日頃から除去する努力を続けていれば健康な生活を送ることができます。

慢性炎症はなぜ病気の原因になるのでしょうか。その理由を簡単にご説明すると、慢性炎症によって遺伝子のスイッチが攪乱されるのです。私たちの体は両親からもらった遺伝子によって成り立っています。この遺伝子から大切なタンパク質が合成されます。しかし、慢性炎症を放置している人は持続的な炎症によって遺伝子の正常なスイッチが攪乱され、オンからオフに、オフからオンに変わります。たとえばがん抑制遺伝子のスイッチがオフになるとがんの発生を抑制する機能を持つタンパク質が作られなくなって、細胞は高い確率でがん化します。

また、慢性炎症が続くと炎症を抑制するために活性酸素が増加して体の中の大切なタンパク質や脂質あるいはDNAを酸化分解してしまいます。このように活性酸素が慢性的に増加している状態を酸化ストレスの蓄積と言います。がん、糖尿病や老化の原因とされています。新型コロナウイルスの重症化にも酸化ストレスの蓄積が関わっています。体内に蓄積した酸化ストレスは、DNAやタンパク質、脂質などの重要な生体高分子を酸化分解することで正常な免疫機構やシグナル伝達機構に機能障害を与えるため、各種の生活習慣病を引き起こす素因になります。

では、慢性炎症を取り除くためにはどうしたら良いのでしょうか。その方法は6つ挙げられています。それが西暦2000年から厚生労働省が提唱している健康日本21の6つの健康要因、栄養、運動、休養、タバコ、アルコール、歯・口腔の健康です。この6要因はどれも慢性炎症と深く関わっているのです。栄養の面では、炭水化物の過剰摂取の他に酸化ストレスを消去する健康食品の積極的摂取が重要です。もちろん健康食品の摂取には歯・口腔の健康が関わっています。本講演「臨床歯科栄養学」では酸化ストレスを消去する健康食品の積極的摂取の方法と歯・口腔の健康の密接な関係について述べたいと思います。

【略歴】

福岡県立九州歯科大学歯学部卒業、同大学院修了、歯学博士。

米国ノースウェスタン大学博士研究員、九州歯科大学講師、岩手医科大学助教授、国立感染症研究所部長、九州大学教授（厚生労働省併任）、

国立保健医療科学院部長等を経て、鶴見大学歯学部探索歯学講座教授を務めた。
この間、健康日本 21 計画策定委員、新健康フロンティア戦略賢人会議分科会委員、
内閣府消費者委員会委員、日本歯科医学会学術研究委員会副委員長等を歴任。
現在は、鶴見大学歯学部名誉教授、国際歯科ボランティア ACFF 日本支部
（う窩のない未来への同盟）副理事長、日本歯科ボランティア協会副理事長、
上海理工大学光触媒国際研究院公衆衛生・医療健康研究部門長。

【資格等】

歯科医師、日本口腔衛生学会指導医

第2, 3回 講演要旨

「栄養素とその代謝1, 2」

鹿児島大学 農水産獣医学域農学系 農学部 食料生命科学科 講師

加治屋 勝子 Katsuko Kajiya

食べることは重要です。朝・昼・晩の食事だけでなく、菓子や酒など、口に入れた物すべてが、私達の体を作っていますし、場合によっては壊す(=病気になる)こともあります。この講座では、健康な生活の維持・増進や疾病予防のためには、どのような栄養素を摂取し、どのように代謝されるのかを知っていただくため、特に、栄養成分と身体、組織、細胞との相互作用に注目して、栄養素の摂取量や摂取方法によって、どのような影響を受けるのかについて学んでいきます。

栄養学は、皆さんの仕事に活かしていただくのはもちろんのこと、皆さん自身の日常生活に直結していますので、コンビニやスーパーで買い物する時、レストランでメニューを選ぶ時など、すぐにでも役立つ情報が満載です。毎回の食事で、美味しいだけでなく、健康になっていければ一石二鳥です！だからといって背伸びした食生活を送る必要は無く、生活に合わせた食の摂り方を工夫していけるよう、この講座がご自身の体のことや食生活のことも見つめ直す機会になれば幸いです。

【略歴】

2004年3月 静岡県立大学 大学院生活健康科学研究科 食品栄養科学専攻
博士課程修了 博士(食品栄養科学)取得
2004年4月 山口大学 医学部 医学科 助手
2007年4月 山口大学 大学院医学系研究科 助教
2011年4月 山口大学 大学院医学系研究科 講師
2013年9月 鹿児島大学 農学部 講師
現在に至る

【資格等】

生活改良普及員、衛生検査技師、栄養士、管理栄養士

【研究内容】

予防医学、血管機能の解析、食品成分の分析など。
鹿児島県の特産物である桜島大根にトリゴネリンという機能性成分が豊富に含まれていることを発見し、基礎研究及び臨床試験において桜島大根の血管機能改善作用を明らかにしています。血管は生命・健康の源です。



第4回 講演要旨

「日本人の食事摂取基準と栄養評価」

女子栄養大学 栄養学部 実践栄養学科 教授

上西 一弘 Kazuhiro Uenishi

私たちが健康を保持・増進し、生活習慣病を予防するために、何をどれだけ食べればよいかの基準を示したガイドラインが、「日本人の食事摂取基準」であり、厚生労働省から発表されている。以前は栄養所要量と呼ばれていたが、2005年から食事摂取基準としてバージョンアップされている。食事摂取基準は5年ごとに改定されており、現在は2020年版が使用されている。以前の栄養所要量は、不足や欠乏の予防が目的であったのに対して、食事摂取基準は不足や欠乏の予防だけでなく、過剰摂取による健康障害の予防や生活習慣病の予防も目的とされている。2020年版では健康寿命の延伸のための、高齢者の低栄養やフレイル予防も視野に入れて策定がなされている。

講演では、食事摂取基準における、エネルギーや栄養素の基本的な考え方について、さらに食事摂取基準を活用する際の栄養評価について紹介したい。

【略歴】

1984年 徳島大学医学栄養学科卒業

1986年 徳島大学大学院栄養学研究科修士課程修了

1994年 徳島大学大学院栄養学研究科 博士（栄養学）

食品会社の研究所を経て、

1991年 女子栄養大学 栄養学部 助手、2000年講師、2002年助教授

2006年 女子栄養大学 栄養学部 教授

現在に至る

【資格等】

管理栄養士

日本人の食事摂取基準策定ワーキングメンバー

骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン策定委員

食品安全委員会専門委員

第5回 講演要旨

「栄養管理の取り組み」

鹿児島大学 大学院医歯学総合研究科口腔顎顔面補綴学分野 准教授

西 恭宏 Yasuhiro Nishi

「薬よりも栄養」、「医科-歯科-栄養の連携」というキャッチフレーズ的な言葉を聞く機会が増えました。従来、栄養をどううまく摂っていくか、摂っていつてもらうかは重要な課題でしたが、今、地域において特に医療や介護に関連して重要視されるようになってきました。地域において、若い人たちの食育、壮年期の生活習慣病予防に関連した栄養摂取、高齢者のフレイル予防の栄養摂取がうまくサポートされていくことが理想です。今回私からは、口に携わる歯科医師として、主に歯科医院で来院される患者さんの栄養摂取にどのように寄与できるかについて考えていきます。しかし、栄養摂取を考える前に歯科医院での咀嚼機能を中心とした口腔機能評価は必要であると考えています。また、ある程度の自立度低下が認められ口腔機能も低下した方に対しては、口腔機能をより確実に把握した上での職種間の連携による栄養指導が必要になると考えられ、この連携によって綿密な支援ができることになると考えられます。このためには、関わる医療職には栄養の知識が必要になることは避けられないと思います。

超高齢社会における地域での食支援（栄養サポート）が、自立度が高いうちから実施していくことを考えてもらえるきっかけになればと考えています。

【略歴】

- 1986年 徳島大学歯学部歯学科 卒業
- 1986年 鹿児島大学歯学部附属病院第2補綴科 助手
- 2002年 鹿児島大学大学院歯学研究科 博士（歯学）
- 2003年 鹿児島大学医学部・歯学部附属病院 義歯補綴科 講師
- 2008年 鹿児島大学 大学院医歯学総合研究科 口腔顎顔面補綴学分野 准教授
現在に至る

【資格等】

- 日本補綴歯科学会専門医および指導医
- 日本老年歯科医学会専門医および指導医
- 日本摂食嚥下リハビリテーション学会認定士
- 日本臨床栄養代謝学会 TNT (Total nutrition therapy) 研修会修了
- 鹿児島摂食嚥下リハビリテーション研究会世話人

連絡先：〒890-8544 鹿児島市桜ヶ丘 8-35-1
鹿児島大学 大学院医歯学総合研究科 口腔顎顔面補綴学分野
(TEL:099-275-6222 Fax099-275-6228)
分野技能補佐員：前田 Email:hotetu02@d1.dent.kagoshima-u.ac.jp
西 恭宏 Email:shar@dent.kagoshima-u.ac.jp