

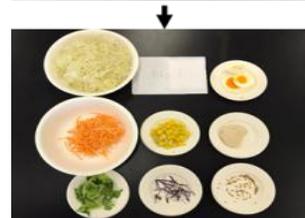

**栄養・子ども学部 健康栄養学科**
**教授 三浦 努 MIURA Tsutomu**
**専門・活動分野 公衆栄養学、栄養疫学、栄養情報論**
**最新の研究内容**
**テーマ：食生活習慣と栄養摂取の関連性についての調査研究**
**研究/活動紹介**
**①野菜の摂取状況と食生活習慣の関連性の調査研究と野菜摂取量を増やすための方策の検討**

食生活習慣について調査研究しています。地域の食生活習慣の問題点について探り、さらに因果関係など明らかにすることをしています。さらに、問題点を解決できるように方策について検討を行っています。野菜には、エネルギー、たんぱく質、脂質の含有が少ないが、ビタミン、ミネラル、食物繊維の栄養素やポリフェノールなどの機能性成分を多く含み、生体の機能調節の役割で重要です。野菜の積極的な摂取は、高血圧などの循環器疾患などの生活習慣病の予防に有効で、健康維持増進に欠かすことのできない食材です。しかし、野菜の摂取量は、目標摂取量を下回っており、特に若年層で顕著です。野菜の摂取の少ない要因についての調査や摂取量を増やすための方策などを研究しています。

**②マグネシウムの摂取状況と食生活習慣の関連性の調査研究**

マグネシウムは、カルシウムとともに骨を形成する他、体内の様々な代謝を助ける機能を持つ人体に必要なミネラルの一つです。長期的なマグネシウムの不足は、高血圧、動脈硬化、心疾患などの生活習慣病のリスクを高める可能性が示唆されています。しかし、日本人のマグネシウムの摂取量は、食事摂取基準の推奨量を下回り少ない状況です。マグネシウムを多く含有している食品は、野菜類、大豆・大豆製品、海藻類などです。本調査研究では、野菜類、大豆・大豆製品、海藻類の摂取状況に及ぼす影響として食生活習慣の要因や関連性について分析しています。マグネシウム摂取量を増やすための野菜類、大豆・大豆製品、海藻類の摂取のあり方についての方策も検討しています。

&lt;サラダの栄養量の計測&gt;



&lt;味噌汁の栄養量の計測&gt;


**産学連携/地域貢献へのアピールポイント、相談可能事項**

- 日本の食生活習慣や栄養摂取状況の現状や問題点についての情報提供
- 食生活習慣調査や栄養調査における計画立案などの助言
- 食生活習慣のアンケート調査の立案作成などの助言
- 食生活習慣調査や栄養調査の結果の集計や解析についての助言

**学会・経歴**

&lt;経歴等&gt;

 博士（生物環境調節学）  
管理栄養士

&lt;所属学会&gt;

日本公衆衛生学会	会員
日本衛生学会	会員
日本栄養・食糧学会	会員

&lt;お問合せ窓口&gt;

仁愛大学 地域共創センター TEL 0778-43-6576 e-mail collabo@jindai.ac.jp