


栄養・子ども学部 健康栄養学科
教授 佐藤 裕保 SATO Yuho
専門・活動分野 臨床栄養学、栄養疫学
最新の研究内容
テーマ：骨粗鬆症予防のための食生活の研究

研究/活動紹介

背景

今後ますます進行する超高齢化社会において、要介護者への福祉政策の充実は大切ですが、それにもまして高齢者の健康の保持・増進、生涯現役で社会参加できる社会が必要です。保健施策において、高齢者の健康に対する大きな脅威である骨粗鬆症の予防は、重要な要素となっています。

目的

骨粗鬆症においては、高齢男性に比べて高齢女性に発症割合が多く、高齢男性における知見は少ない現状です。我々の研究グループでは、男性・女性それぞれのコホート集団を継続的に調査することにより、男女それぞれの、骨粗鬆症予防の提言を行ってきました。

成果・効果や展望

地域在住の高齢男性（奈良県）および高齢女性（さぬき市・宮古島市・西会津市・芽室町）において、腰椎および大腿骨頸部の骨密度測定を加えた調査を継続してきました。料理にふんだんに牛乳・乳製品を使用する欧米に比べて、和食には牛乳・乳製品を取り入れた料理が少なく、牛乳・乳製品の摂取量が少ない日本人です。しかし、現在の摂取量に加え、1杯の牛乳摂取増あるいはヨーグルトやチーズなど乳製品摂取増が望ましいという結果が得られました。

国民健康・栄養調査結果においても、中学生までは学校給食があるため牛乳摂取が比較的多いのですが、高等学校以降は摂取量が減ってしまっています。カルシウム摂取量は、ライフステージを通して恒常的に不足しています。日常的なカルシウム摂取量増加のためには、安定的に安価で手軽に摂取できる牛乳・乳製品の摂取増啓発が望まれます。

産学連携/地域貢献へのアピールポイント、相談可能事項

- 管理栄養士としての病院勤務経験を活かし、自治体や市民団体主催の市民対象健康講座などの講師（骨粗鬆症に限らず、生活習慣病予防・肥満対策・減塩など）の実績があります

学会

- ・日本栄養士会
- ・日本栄養改善学会
- ・日本骨粗鬆症学会
- ・日本骨代謝学会
- ・日本公衆衛生学会
- ・日本衛生学会
- ・日本疫学会 など

経歴

- ・福井医科大学病院主任栄養士

<お問合せ窓口>
仁愛大学 地域共創センター TEL 0778-43-6576 e-mail collabo@jindai.ac.jp