

2024年度日本生理人類学会健康栄養科学研究部会 講演会報告

山内太郎

2024年12月14日（土）、北海道大学大学院保健科学研究院と同大学環境健康科学研究教育センターの共催で日本生理人類学会健康栄養科学研究部会講演会を開催いたしました。本講演会では、以下の3つの講演が行われました。日本生理人類学会からは、会長や理事をはじめ多くの会員が参加し、活発な意見交換が行われました。

第1部 講演

講演1：「高齢期の体組成と健康寿命」

北海道大学環境健康科学研究教育センターの牧野圭太郎特任助教が、高齢期における筋肉量の減少や筋力の低下、いわゆるサルコペニアについて講演されました。サルコペニアは、加齢に伴い筋肉量や筋力が低下する状態であり、転倒や骨折、入院、生活機能障害などのリスクを高めることが知られています。牧野特任助教は、地域住民を対象としたコホート研究の成果を基に、サルコペニア高齢者における生活機能障害の発生リスクについて、特に運動（身体活動）の側面から考察しました。適切な栄養摂取と定期的な運動が、筋タンパク質の合成を促進し、サルコペニアの予防・改善に重要であることが示されました。

講演2：「歯周病が全身にもたらす影響」

長崎大学熱帯医学研究所の有馬弘晃助教が、歯周病と全身疾患との関連性について講演されました。歯周病は、歯肉や歯槽骨に炎症を引き起こす疾患であり、進行すると歯の喪失につながります。近年の研究では、歯周病が糖尿病や心血管疾患、関節リウマチなどの全身疾患と関連していることが明らかになっています。特に、歯周病の原因菌や炎症性物質が血流を介して全身に影響を及ぼし、糖尿病患者においては血糖コントロールが難しくなることが報告されています。また、妊婦においては早産や低体重児出産のリスクを高める可能性も指摘されています。有馬助教は、ルワンダ共和国で実施している妊婦の歯周病に関する研究も紹介され、歯周病予防の重要性が強調されました。

講演3：「人類の進化と適応に腸内細菌が果たしてきた役割」

東京大学大学院医学系研究科の梅崎昌裕教授が、人類の進化と腸内細菌の関係について講演されました。ホモ・サピエンスはアフリカで進化し、地球上のさまざまな環境に適応してきましたが、その過程で強い栄養ストレスに直面してきました。梅崎教授は、調理技術などの文化的適応に加え、腸内細菌による栄養修飾が栄養ストレスの緩和に寄与したとの仮説を提示されました。特に、バブアニューギニアにおける低タンパク質摂取の事例に着目し、腸内細菌がどのように栄養代謝に影響を与え、人類の適応に貢献してきたかを議論されました。

第2部：パネルディスカッション

パネルディスカッションでは、「人類の生理的適応から考える健康長寿」、「健康寿命を延ばすための生活習慣：運動・栄養・口腔ケアの相互作用」、「進化と環境適応から見る現代人の健康課題」の3つのテーマについて討論しました。予定時間を超えて1時間以上にわたり、活発な質疑応答と議論が行われ、参加者から多くの質問や意見が寄せられました。本講演会を通じて、栄養学および健康科学分野における最新の研究成果や知見が共有され、参加者の知識向上とネットワーク構築に大いに貢献する機会となりました。