

目次

6月25日(土)のスケジュール

12:00 - 13:00	理事・評議員会(控室3)
13:00 - 13:30	開会式(ホール)
	来賓ご挨拶 松本大学学長 菅谷 昭)
	大会長ご挨拶 松本大学 弘田 量二)
13:30 - 15:30	シンポジウム
	Eat together -笑顔つなぐ-
	(大蔵 真由美・矢内 和博・藤岡 由美子)
15:30 - 17:00	一般講演口演
17:30 - 19:30	懇親会(外部)
	※17:50 会場前からバスで移動(約10分)
	樽木野 別館 (くれきの)

6月26日(日)のスケジュール

9:00 - 9:30	予防医学会・専門医認定医制度説明(理事)
9:30 - 10:10	一般講演ポスター(ホワイエ)
10:10 - 11:10	【公開講座】食と運動 講演(長谷川 尋之)(ホール)
11:10 - 11:55	予防医学指導士講習(1)(神林 康弘)
11:55 - 12:40	予防医学指導士講習(2)(弘田 量二)
12:40 - 13:40	予防医学会総会
	ランチタイム
13:40 - 14:25	メンタルヘルス相談士講習(1)(笹原 信一郎)
14:25 - 15:10	メンタルヘルス相談士講習(2)(堀 大介)
16:00	閉会挨拶

シンポジウム

6月25日(土)

13:30-15:30 (M ウイング6階ホール)

座長：弘田 量二(松本大学大学院健康科学研究科 教授)

S-1 つどう・まなぶ・むすぶ 社会教育現場における食の活動の現状
—地域における子ども食堂・サロンの事例を通して—

大蔵 真由美(松本大学 教育学部学校教育学科 准教授)

S-2 気候風土や歴史が育んだ信州の美味しいもの

矢内 和博(松本大学 人間健康学部健康栄養学科 准教授)

S-3 プレフレイル高齢者のフレイルへの進行を予防する栄養介入

アガロオリゴ糖摂取によるパイロットスタディ

藤岡 由美子(松本大学 人間健康学部 健康栄養学科 准教授)

市民公開講座

6月26日(日)

10:10-11:10 (M ウイング6階ホール)

司会：弘田 量二・倉澤 里奈

演者

地域から世界、世界から地域へ、トップアスリートの栄養から学ぶ健康の秘訣

長谷川 尋之(松本大学人間健康学部健康栄養学科専任講師)

一般演題口演

6月25日(土)

一般講演1 健康・教育

15:30-16:20 (M ウイング6階ホール)

座長: 林 宏一 (武庫川女子大学食物栄養科学部 教授)

神林 康弘 (岡山理科大学獣医学部公衆衛生学講座 教授)

0-1-1 Google フォームを活用した嘱託産業医の健康教育の取り組み

須賀 万智 (東京慈恵会医科大学環境保健医学講座)

0-1-2 大学生のヘルスリテラシーに関する調査

武田 龍一郎 (宮崎大学安全衛生保健センター)

0-1-3 学生の食生活・昼食行動の実態と精神的健康度との関連

中山 文子 (松本大学松商短期大学部)

0-1-4 管理栄養士養成課程の下級学年と上級学年における卒前教育レベルのコンピテンシー到達度に関する横断研究

西村 優希 (武庫川女子大学)

0-1-5 管理栄養士養成課程学生における就業先決定要因に関する一考察

蒲 尚子 (武庫川女子大学)

一般講演2 疫学・感染症

16:20-17:10 (M ウイング6階ホール)

座長: 青木 雄次 (松本大学大学院健康科学研究科)

弘田 量二 (松本大学大学院健康科学研究科)

0-2-6 国のデータに基づく年齢階層別乳がん発症率と食品摂取量の最近の年次推移

青木 雄次 (松本大学大学院健康科学研究科)

0-2-7 女性における高血圧症の低体重はうつに関係する: 志賀町研究から

柳澤 透 (金沢大学医薬保健研究域医学系衛生学・公衆衛生学教室)

0-2-8 がん発症前にリスクを測定する意味と重要性 デジタルの力によるこれからのがん

リスク算出検査、OneKENSA

喜多 克彦 20/20GeneSystems Japan 株式会社

0-2-9 COVID-19 インフォデミックにおける感染予防行動に関連する要因;年代別の検討

井上 真実 (京都大学大学院医学研究科人間健康科学系専攻先端リハビリテーション科学コース先端理学療法学講座イノベーティブリハビリテーション科学研究室)

0-2-10 COVID-19 クラスタ阻止をめざす3密評価指標と空気動態解析を用いた会食・共食環境整備コンサルテーションの実践

武藤 剛 ^{1,2)} (¹⁾北里大学医学部衛生学 ²⁾千葉大学予防医学センター/Design Research Institution)

一般演題 ポスター

6月26日(日)

演者集合時間：9:20 マイクスタンド前

※ポスター発表は、最初に、マイクスタンド前にて、アピールタイムを設けます。

1分程度で、氏名、タイトル、アピールポイントをご発言ください。

power point やスライドは使いません。

演者全員のアピール終了後、各自のポスター前で、聴衆とフリーディスカッションの時間を楽しんでください。座長はおりません。

9:30-10:10 (M ウイング6階ホール)

P1 インテュイティブ・イーティング：過食、食生活改善

岡井 麻悠子 (米国登録栄養士)

P2 HIV感染小児に対するプロバイオティク短期投与による腸内細菌叢の変化

市村 宏 (金沢大学医薬保健研究域医学系国際感染症制御学分野)

P3 学生の災害意識と食の買い置き状況

平田 治美 (松本大学人間健康学部健康栄養学科)

P4 神奈川県湯河原町における働き世代の肥満とストレス要因との関連

倉澤 里奈 (松本大学大学院健康科学研究科)

P5 温泉熟成泥 (Fango) を用いた健康管理

杉森 賢司 ((株)アセンダント, 元東邦大学医学部)

P6 免疫力を高め未病状態を保つための当院の試み～鍼灸とハンドセラピー施術～

大河内朋子 (むらさき乳腺クリニック)

P7 高校ウエイトリフティング部女子選手におけるFATの実態調査及び女子選手に特化した栄養サポートの検討

長谷川 博之 (松本大学人間健康学部健康栄養学科)

P8 神奈川県西における未病への取り組み～現代版湯治いにしえのみち回遊プラン参加者の健康調査～

弘田 量二 (松本大学大学院健康科学研究科)

市民公開講座

6月26日（日）

地域から世界、世界から地域へ、トップアスリートの栄養から学ぶ健康の秘訣

長谷川 尋之

講師プロフィール

氏名:長谷川 尋之

現職:松本大学人間健康学部健康栄養学科専任講師



学歴:

2005年 3月 兵庫大学健康科学部栄養マネジメント学科 卒業

2007年 3月 大阪体育大学大学院スポーツ科学研究科 博士前期課程 修了 修士(スポーツ科学)

職歴:

2007年 4月 株式会社アクトス フィットネスインストラクター・管理栄養士

2009年 8月 独立行政法人日本スポーツ振興センター マルチサポート事業専門職員(栄養)

2017年 4月 現職

Steven N Blair は、「21 世紀最大の健康問題は、運動不足である」と題した論説を發表しました¹⁾。その中で、2 型糖尿病患者が心疾患で死亡するのは、肥満であることに比べて、心肺能力が低いことでリスクが高くなると示しています。別の研究でも、体格指数 (BMI) が正常か否かより、心肺能力が低いことで生存率が低くなるというものがあります²⁾。すなわち、「健康である」ということは、「体力がある」といえるのではないのでしょうか。そして、体力をつけるためにスポーツ (≒身体活動) が身近にあることが重要といえるかもしれません。

ところで、2019 ユーキャン新語・流行語大賞の「にわかファン」という言葉に聞き覚えはないでしょうか。ラグビー・ワールドカップの日本代表の躍進で、普段ラグビーを見ない「にわかファン」が日本中に増えたことを理由にノミネートされました。それだけではなく、1960 年代から 2000 年代のテレビ歴代視聴率のトップ 10 をみると、その多くは、オリンピックやワールドカップ、世界選手権といったスポーツのビッグイベントが並んでいます。この多くが 60 %を超える視聴率であったというのですから、驚きです。令和元(2019)年の国民健康・栄養調査によると、運動習慣のある人の割合は、男性で 33.4 %、女性で 25.1 %でした。瞬間的とはいえ、スポーツに興味を持つ「にわかファン」が 60%まで増えるというこの社会現象を国民の健康のために活かさない手はないと私は考えています。

本公開講座は、体操競技の日本代表選手やプロバスケットボール選手の栄養や食事、コンディショニング管理を紹介するとともに皆様の健康づくりやスポーツシーンに役立つ秘訣をお話します。

1) Steven N Blair, Physical inactivity: the biggest public health problem of the 21st century. Br J Sports Med. 43 (1) 1-2 (2009)

2) Timothy S Church et. al: Cardiorespiratory fitness and body mass index as predictors of cardiovascular disease mortality among men with diabetes. Arch Intern Med. 165 (18) 2114-2120 (2005)