

東京医療保健大学 世田谷キャンパスにて公開講座を実施 「死ぬまで健康でいるための食事」 ～ 管理栄養士が健康寿命延伸に役立つ食事を解説 ～

学校法人 青葉学園が運営する東京医療保健大学(本部：東京都品川区、理事長：田村哲夫、学長：木村哲、以下本学)は、世田谷キャンパスにて、公開講座「死ぬまで健康でいるための食事」を2019年10月5日(土)に開催します。

超高齢化社会が到来し人生100年時代を迎える現在の日本において、高齢者はただ長生きするだけでなく、「健康寿命」を延ばし自立した生活を続けることが非常に重要です。そして、健康寿命延伸には毎日の食事が関係すると考えられています。

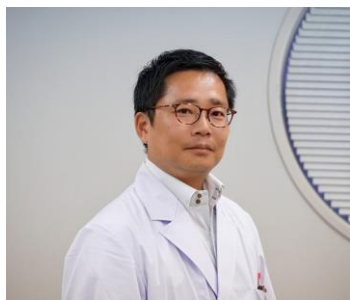
本講座では、管理栄養士の資格を持つ医療保健学部 医療栄養学科 清水雅富准教授が登壇。最新の科学論文の結果を交えながら「何をどのくらい」食べるべきか、また「なぜ」食べるべきなのか、健康寿命を延ばす食事について具体的な食事例などを用いて分かりやすく紹介します。さらに、アルコールのパッチテストを参加者に行っていただく時間も設けています。その結果から、お酒に強い人、弱い人が体質(遺伝子)で決定されていることを説明し、食事から摂取される栄養も体質(遺伝子)の影響を受ける可能性があることを解説します。

本学は、今後も地域に密着した社会貢献活動を通じ、地域の発展、課題解決に寄与することで、地域の皆さまにも貢献できる取り組みを展開してまいります。

■公開講座の概要

テーマ	: 死ぬまで健康でいるための食事
日時	: 2019年10月5日(土)10:00~12:00
登壇者	: 医療保健学部 医療栄養学科 准教授 清水雅富
場所	: 東京医療保健大学 世田谷キャンパス 本館 M103教室 (世田谷区世田谷3-11-3)
アクセス	: 東急世田谷線 上町駅下車 徒歩3分 小田急線 豪徳寺駅下車 徒歩15分
備考	: 令和元年度「世田谷区リカレント学習連携講座」(下半期)指定

■講師情報



東京医療保健大学 医療保健学部 医療栄養学科 准教授 清水雅富

博士(学術)/管理栄養士。専門分野は、栄養生化学。

研究テーマは、「脂肪酸摂取状況の違いが生体内に及ぼす影響」「Ames試験を用いた食品・天然物由来の新規変異原物質の検索」「鉄欠乏状態がエネルギー代謝に及ぼす影響」。現在は、主に脂肪酸に着目し、食事から摂取する脂肪酸の生体内影響について研究に取り組み、柔軟な発想力・思考力・対応力を持った管理栄養士育成に努めている。

■「死ぬまで健康でいるため」に医療栄養学科ができること

<「医療人」としての管理栄養士の養成>

「医食同源」。東洋医学では、食事と医療の根本は同じであり、食事に気をつけることは病気の予防や治療の最善策であると言われてきました。最近では、豊かな食事は生活を潤すだけでなく、人々に健康をもたらすということが科学的にも明らかとなり、栄養と健康の関係が注目されています。そのような時代のニーズに合わせ、本学科では、医師や薬剤師など他の医療専門職とともに「医療人」として栄養面から健康をサポートする栄養の専門家を養成しています。学生たちは医療や福祉分野で活躍できる人材になるべく、栄養学はもちろん、様々な疾患の発症機序やサプリメントの作用についても学びます。

<思いやり・絆・愛をもって、食で「いのち」を支える>

本学医療栄養学科の学生は、世田谷の住宅街にあるアットホームなキャンパスで勉強をしています。名前の通り医療に特化していることに加え、物理的にも精神的にも教員と学生との距離が近いことも特長です。親身な指導のもと、栄養相談や多職種連携の栄養サポートチーム（NST^(※1)）などで必要とされるコミュニケーション能力やマナーを身につけます。その一環として、医・歯・薬学部で行われている臨床能力の実技試験「OSCE^{®(※2)}」を模擬した演習を導入しています。実際に、患者に扮する模擬患者さんと接し、疾病の状態や食事の摂取状況等を聞き取る練習を重ねることで、技術力・判断力を磨くとともに、思いやりある行動や患者さんとの信頼関係の築き方を丁寧に学ぶことができます。

本学科では、人間の基本的な営みである「食」を通して、「いのち」を支える温かみのある人材育成に取り組んでいます。

(※1) NST: Nutrition Support Team

(※2) OSCE[®]: Objective Structured Clinical Examination

【東京医療保健大学とは】

理事長	: 田村哲夫
学長	: 木村哲
設立年度	: 2005年
本部	: 東京都品川区東五反田
キャンパス	: 五反田キャンパス、世田谷キャンパス、国立病院機構キャンパス、国立病院機構立川キャンパス、船橋キャンパス、雄湊キャンパス、日赤和歌山医療センターキャンパス(予定)
学部(学科)	: 医療保健学部(看護学科、医療栄養学科、医療情報学科)、東が丘・立川看護学部(看護学科)、千葉看護学部(看護学科)、和歌山看護学部(看護学科)
専攻科	: 助産学専攻科
大学院	: 医療保健学研究科(修士課程8領域、博士課程3領域)、看護学研究科(修士課程4コース、博士課程)
学生数	: 2,539名(2019年5月現在)