

食の嗜好性に関する研究

柴田学園大学 生活創生学部 健康栄養学科

さとう りさ
佐藤 梨沙

TEL 0172-33-2289

FAX 0172-33-2486

e-mail r-sato@shibata.ac.jp

キーワード

食の嗜好性、時間栄養学、食環境、雌雄の違い

実験動物のラットを用いて、食の嗜好性について研究しています。

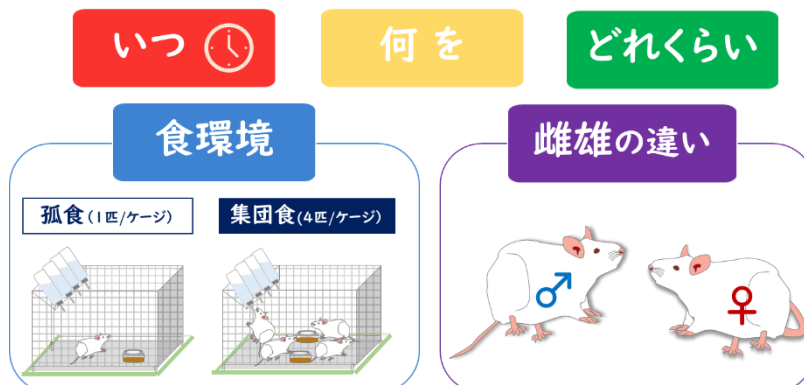
ヒトやラットの高等動物は生命維持と活動に必要な栄養摂取システムとして「食欲」が備わっており、食欲の感覚機能である嗜好性は、体に過不足している栄養の自発的制御に関与しています。本能的な嗜好性は、栄養の偏りを招き、食生活と健康に影響を与えます。

青森県は、健康寿命の延伸と予防医学が重要です。健康課題である肥満は、糖尿病、高血圧、心筋梗塞などの発症要因であり、生活習慣病の予防には若い頃から規則正しい食習慣を身につけることが大切です。

「いつ、何を、どれくらい食べるか」の時間栄養学的嗜好性に食環境や雌雄の違い、病態がどのように関連しているのかを調べ、その研究成果をヒトへの応用研究に発展させ、健康意識向上のための食育活動と健康長寿の青森県に貢献したいと考えています。

<主な研究テーマ>

- ・甘味の嗜好性における孤食と共食の違い
- ・食の嗜好性における雌雄の違いと食環境



<これまでの共同研究>

- ・リンゴ摂取によるラットの肝臓および筋肉グリコーゲンへの影響
- ・カップ麺の健康的な食べ方
- ・調理法の工夫による野菜のカリウム流出