

研究機関名	昭和女子大学			
プログラム名	食べ物と健康の因果関係を探る - DOHaD 研究??って、どんな研究			
先生(代表者)	小西香苗(こにしかなえ)・生活機構研究科・准教授			
自己紹介	専門は、食べ物(食品・栄養素)と疾病や健康状態との関連を明らかにして、予防に繋げる学問である「栄養疫学」です。学生さんから、私の研究室のことを『コニ研』の愛称で呼ばれています。プロジェクトで使っているスマートウォッチを着けての通勤ウォーキングやヨガ、瞑想で心身のバランスを取りながら、忙しい毎日を乗り切っています。			
開催日・募集対象	第1回目:2023年9月9日(土) オンライン実施	受講対象者	高校 1,2,3年生	募集人数 32名
第2回目:2023年9月23日(土)			(集合時間)	10時~10時15分 (第2回目)
集合場所・時間	昭和女子大学1号館1階 学生ホール		(集合時間)	10時~10時15分 (第2回目)
開催会場	第1回目はZoomによるオンライン開催 第2回目会場 昭和女子大学食健康科学部管理栄養学科 住所:〒154-8566 東京都世田谷区太子堂1-7-57 アクセスマップURL: https://office.swu.ac.jp/campusmap/			
内 容				
<p>本プログラムでは、食べ物と病気・健康との関連を明らかにする「栄養疫学」とはどんな学問? 胎生期から乳幼児期に至る栄養環境が大事とされている「DOHaD研究」ってなに? 聞いたことないのだけれど。。。そんな皆様の疑問にお答えします。また、栄養疫学の研究手法である、統計解析にもチャレンジしていただきます。</p> <p>さらに、本プログラムを通じて体型が気になる世代である高校生(参加者)に、歩数・睡眠などをスマートフォン・アプリで管理できるスマートウォッチを配布し、自己の健康管理を2週間行っていただきます。この健康管理の実践を通じて、自身の心や身体の状態に関心を持ち、健康的な生活習慣を身につけるチャレンジを教員とピアサポーター(大学生)が強力にサポートをします。</p> <p>健康的な生活習慣を身につけたいという高校生の皆さま、ご参加をお待ちしております。</p>				
持ち物		特記事項		
筆記用具 スマートウォッチ(本学配布)		<ul style="list-style-type: none"> ・9月9日、9月23日の両日参加できる方を対象とします。 ・第1回目(9/9)はビデオ会議システム Zoom を使用します。 ・LINE グループを作成して、2週間の健康管理をサポートしますので、スマートフォンをご準備ください。 ・第2回目(9/23)の昼食は本学で準備をします。 ・昼食やクッキータイムの準備のため、食品アレルギーをお持ちの方は、参加申込時にあらかじめお知らせください。 ・参加申し込みの際には、保護者の同意書を提出して頂きます。 		

スケジュール

【第 1 回目:Zoom 教室にて開催】 9 月 9 日(土)

- 13:30 ~ 13:45 Zoom 教室にて受付
- 13:45 ~ 14:00 開講式(挨拶、オリエンテーション、科研費の説明)
- 14:00 ~ 14:50 講義 「なぜ健康・病気と食品との因果関係がわかるの？」
- 14:50 ~ 15:00 休憩
- 15:00 ~ 15:50 講義 「DOHaD って何？ DOHaD 研究における栄養との関連」
- 15:50 ~ 16:30 スマートウォッチ ¹ 使い方説明、LINE グループ作成
- 16:30 終了

¹ スマートウォッチは、9 月 8 日までにご自宅に郵送します。

【9 月 9 日 ~ 9 月 23 日の間】

この期間は自身による健康生活チャレンジ期間です。

毎日、スマートウォッチを着けて歩数、睡眠などの管理、食習慣や運動習慣など健康的な生活習慣の習慣化にチャレンジです。LINE グループ ² をつくり、LINE コミュニティー内で健康的な生活習慣の具体的なサポートを教員とピアサポーター(大学生)が行います。

² LINE グループは教員、ピアサポーター2 名と参加者 7,8 名からなるグループです。

【第 2 回目:昭和女子大学にて開催】 9 月 23 日(土)

- 10:00 ~ 10:15 受付(集合場所:昭和女子大学 8 号館 1 階 学生ホール)
- 10:15 ~ 10:30 挨拶、オリエンテーション
- 10:30 ~ 12:00 健康生活チャレンジ期間の振り返りを 4 つの LINE グループにて行う
演習 : 「体脂肪量、筋肉量、骨密度、血色素などを測定してみよう！」
- 12:00 ~ 13:00 昼食、休憩(低カロリーのバランス弁当、食事バランスの話)
- 13:00 ~ 13:45 演習 「統計解析ソフト SPSS を使って仮説を検証してみよう！」前半
- 13:45 ~ 15:30 演習 「統計解析ソフト SPSS を使って仮説を検証してみよう！」後半
- 15:30 ~ 16:15 クッキータイム(200kcal 以内 健康的なおやつ、健康情報の提供)
- 16:15 ~ 16:30 修了式(未来博士号授与・アンケート記入・記念撮影) 解散

第 2 回目における昭和女子大学での演習では、3 密を避けた環境で新型コロナウイルス感染症対策に十分配慮を致します。

課題番号	23HT0069	分野	医歯薬学・生活	キーワード	栄養疫学、統計解析、DOHaD研究、体組成、生活習慣
------	----------	----	---------	-------	----------------------------

《お問合せ・お申込先》

所属・氏名	昭和女子大学研究支援課・時田
住所	東京都世田谷区太子堂1-7-57
TEL番号	03-3411-7351
E-mail	hirameki@swu.ac.jp
申込締切日	2023年8月25日（金）
<p>当プログラムは定員を超えた場合は申込締切日後に抽選を行います。抽選結果は8月29日（火）までに郵便（またはメール）にて全員にご連絡します。</p>	

《プログラムと関係する先生（実施代表者）の科研費》

研究期間	研究種目	課題番号	研究課題名
2012年度～ 2015年度	基盤研究(C)（一般）	24501004	次世代を担う女性における栄養素・食品摂取と心の健康に関する研究
2019年度～ 2022年度	基盤研究(C)（一般）	19K11650	DOHaD概念に基づく次世代を担う女性の出生体重とその後の体格
2023年度～ 2025年度	基盤研究(C)（一般）	23K02015	食品コストと食品および食事の質との関連：健康格差解決のための食品選択法の構築



この科研費について、さらに詳しく知りたい方は、下記をクリック！

<https://nrid.nii.ac.jp/ja/nrid/1000070238103>

国立情報学研究所の科研費データベースへリンクします。