

## ひらめき☆ときめきサイエンス～ようこそ大学の研究室へ～KAKENHI プログラム概要

研究機関名	昭和女子大学			
プログラム名	なぜ病気と食品との因果関係がわかるの？ - DOHaD <sup>ド-ハド</sup> ? 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	<p>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。</p> <p>学生さんから、私の研究室のことを「こに研」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、朝のランニングや 2 駅分の通勤ウォーキングなどを行っています。また、ヨガや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。</p>			
開催日・募集対象	第1回目:2021年8月28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 28名
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(第2回目)	
開催会場	<p>第1回目は Zoom によるオンライン開催</p> <p>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: <a href="https://office.swu.ac.jp/campusmap/">https://office.swu.ac.jp/campusmap/</a></p>			
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？ DOHaD<sup>ド-ハド</sup>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グループで行います。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。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"> <li>・8月28日、9月12日の両日参加できる方を対象とします。</li> <li>・第1回目(8/28)はビデオ会議システム Zoom を使用します。</li> <li>・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。</li> <li>・第2回目(9/12)の昼食は本学で準備をします。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>		

## スケジュール

### 【第1日目:Zoom 教室にて開催】8月28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①「なぜ病気・健康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②「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\*使い方説明、LINE グループ作成
- 16:30 終了

\*スマートウォッチは、8月28日までにご自宅に郵送します。

### 【8月28日～9月12日の間】

この2週間は自宅での健康管理期間です。

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\*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。

\*LINE グループは教員、ピアサポーター2名と参加者6,7名からなるグループです。

### 【第2日目:昭和女子大学にて開催】9月12日(日)

- 10:00～10:30 受付(集合場所:昭和女子大学1号館1階 学生ホール)
- 10:30～10:45 挨拶、オリエンテーション
- 10:45～11:45 この2週間の振り返りをLINE グループにて行う  
演習①:「体脂肪量、筋肉量、骨密度、血圧、血色素などを測定してみよう！」
- 11:45～12:30 演習②:「統計解析ソフト SPSS を使って仮説を検証してみよう！」前半
- 12:30～13:15 昼食、休憩(低カロリーのバランス弁当)
- 13:15～14:45 演習②:「統計解析ソフト SPSS を使って仮説を検証してみよう！」後半
- 14:45～15:30 クッキータイム(200kcal 以内 健康的なおやつ)
- 15:30～15:45 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日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。

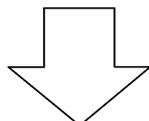
課題番号	21HT0067	分野	医歯薬学・生活	キーワード	統計解析、栄養疫学、DOHaD研究、体脂肪量、筋肉量
------	----------	----	---------	-------	----------------------------

## 《お問合せ・お申込先》

所属・氏名	昭和女子大学教学支援センター研究支援課 手崎・武田
住所	東京都世田谷区太子堂1-7-57
TEL番号	03-3411-7351
FAX番号	03-3411-5171
E-mail	hirameki@swu.ac.jp
申込締切日	2021年8月6日(金)
当プログラムは先着順にて受付を行います。	

## 《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
2019年度 ~ 2021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
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
2015年度 ~ 2018年度	基盤研究(C)(一般)	15K00847	世帯および地域の社会経済的要因が食生活や健康状況に与える影響 - 栄養疫学的検討



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。