

## 日韓栄養・食生活比較研究の目的と展望

A Comparative Study of Japanese-Korean Nutritional Life Style: Its Objective and Perspective

中 島 滋\*

Shigeru NAKAJIMA

### 1. 日韓栄養・食生活比較研究の目的

本事業は日本学術振興会（JSPS）と韓国科学技術財団（KOSEF）の共同事業「拠点大学交流方式による日韓水産科学研究交流（FiSCUP：Core University Program on Fishery Science）」における研究交流事業のひとつであります。

FiSCUPとは水産科学に関わる国際共同研究プロジェクト（2001-2010年）で、「水産学・水産資源変動の解明と非環境負荷・ゼロエミッション型水産業の構築」を主テーマとしています。そして、両国に拠点大学（日本側：北大，韓国側：国立釜慶大学校）が設定され，両大学が研究事務を統括し，その枠組みを利用して多数の研究協力大学・研究機関，100名を超える研究者が参画しています。これまでの活動として，両国の関連海域の水産資源の状況や生態調査が共同でおこなわれてきました。また，健康な魚を育てる養殖技術や，海洋生物資源の高度利用に関するさまざまな研究が進行し，これまでに100編を超える論文・報告書が出版されました。

日本人や韓国人は生活習慣病にかかる比率が欧米諸国に比べて低いことが知られています。これは，水産物に含まれる各種機能性成分の摂取が大きな要因と思われます。そこでFiSCUPでは，2005年から新しい研究課題「日韓栄養・食生活比較研究」を設定しました。ここでは，両国の食生活をさまざまな角度から比較研究することによって，主に水産資源の利用状況と健康との関わり（たとえば，年齢ごとの水産物摂取量と食習慣の関係，水産物由来のヒスチジン摂取量と肥満の関係など）を検討しています。また，両国で独自に食習慣に関わる研究をおこない，その情報交換を通じて相互理解を促す試みも行っています。本研究課題の最終目標は，両国において水産物の摂取と健康増進の関係を明らかにすることです。水産物が健康増進に大きく寄与することを，共通の魚食文化を有する両国で明らかにしたいと考えています。

### 2. 日韓栄養・食生活比較研究シンポジウムの活動

一昨年10月29日に第1回日韓栄養・食生活比較研究シンポジウムを、また昨年11月4日第2回日のシンポジウムを文教大学湘南校舎で開催いたしました。両シンポジウムのプログラムを表1および2に示します。第1回シンポジウムでは8題、第2回シンポジウムでは12題の演題が発表されました。2回のシンポジウムとも大韓民国より著名な4名の研究者を招いて、栄養・食生活比較研究シンポジウムを開催し盛んな討論が行われました。

\*文教大学女子短期大学部教授、第1、2回日韓栄養・食生活比較研究シンポジウム実行委員長

表1 第1回日韓栄養・食生活比較研究シンポジウムプログラム

13:00	開会の辞（文教大学女子短期大学部長 齋藤貴美子） 座長：中島滋（文教大学女子短期大学部）
13:10-13:30	FiSCUP（JSPS/KOSEF）における日韓栄養・食生活比較研究について 佐伯宏樹（北海道大学）
13:35-14:05	低利用魚のアイデア料理による若者の食の嗜好性への介入の試み 中村宗一郎、遠藤美智子（信州大学）
14:10-14:40	水産タンパク質資源有効利用の現状と課題 小川雅廣（香川大学） 座長：中村宗一郎（信州大学）
14:45-15:15	女子学生の正常体重肥満（隠れ肥満）の実態とその防止対策 中島滋（文教大学女子短期大学部）
15:20-15:50	現代韓国の食生活と食文化－水産物を中心に－ 鈴木文子（仏教大学）
15:50-16:00	休憩 座長：佐伯宏樹（北海道大学）
16:00-16:30	韓国の食生活の現状と課題 鄭甫泳、金仁洙、文修敬（慶尚大学）、李慶愛（釜山教育大学）
16:35-17:05	韓国の小児肥満の現状と課題 文修敬、鄭甫泳、金仁洙（慶尚大学）
17:10-17:40	韓国における現代の青少年の栄養問題 李連淑（ソウル大学）
17:45-18:00	パネルディスカッション 司会：中村宗一郎（信州大学）、中島滋（文教大学女子短期大学部） パネリスト：全発表者
18:00	閉会の辞（日韓拠点大学交流事業サブコーディネーター 北海道大学教授 佐伯宏樹）

於：文教大学湘南キャンパス

2006年10月29日（日）13:00～18:00

表2 第2回日韓栄養・食生活比較研究シンポジウム

10:00	開会の辞（文教大学女子短期大学部長 齋藤貴美子）
	<b>シンポジウムⅠ：座長：中島滋（文教大学女子短期大学部）</b>
10:10-10:40	食物アレルギー誘引物質とその検査技術の現状と課題 －年内にわが国においてはエビとカニがアレルギー誘引物質として表示義務化されそうなことを受けて－ 中村健人（株式会社ファスマック）
10:40-11:10	女子学生の食品アレルギー，特に水産食品アレルギー罹患状況について 高岡素子（神戸女学院大学）
11:10-11:40	水産物のアレルギーについて 佐伯宏樹（北海道大学）
11:40-12:10	親環境（有機）水産物の国際動向 鄭甫泳、金仁洙、文修敬（慶尚大学校）
12:10-12:40	栄養学的見地からの海藻摂取の重要性 宮下和夫（北海道大学）
12:40-13:30	休憩
	<b>シンポジウムⅡ：座長：佐伯宏樹（北海道大学）</b>
13:30-14:00	コメ料理とさしみ（基調講演） 畑江敬子（和洋女子大学）
14:00-14:30	日本の伝統食品と食文化 池田清和（神戸学院大学）
14:30-15:00	瀬戸内（西日本）の伝統料理 一ノ瀬孝恵（広島大学附属中・高等学校）
15:00-15:30	統営地域住民の健康食品利用実態および健康関連諸要因との関連性 金仁洙、鄭甫泳、文修敬（慶尚大学校）
15:30-15:45	休憩
	<b>シンポジウムⅢ：座長：中村宗一郎（信州大学）</b>
15:45-16:15	女子学生の食習慣の実態と学業成績への影響 渡邊美樹、笠岡誠一、中島滋（文教大学女子短期大学部）
16:15-16:45	過体重男子大学生の血清脂質、ブドウ糖、インスリンおよび血漿ビタミンCの濃度と栄養摂取量に関する研究 金成姫、具眞英（慶尚大学校）
16:45-17:15	韓日女子大学生の食習慣と肥満との関連性 文修敬、金仁洙、鄭甫泳（慶尚大学校）、李慶愛（釜山教育大学校）、 中村宗一郎（信州大学）、渡邊美樹、小川眞紀子、中島滋（文教大学女子短期大学部）
17:15-17:50	パネルディスカッション パネリスト：全発表者
17:50	閉会の辞（日韓拠点大学交流事業サブコーディネーター 北海道大学教授 佐伯宏樹）

近年、日韓両国では高齢化に伴い、糖尿病、高血圧症、高脂血症、などの生活習慣病が増加していることが、大きな社会問題となっています。また、青少年に目を向けると、肥満が増加しています。その一方で、女性では神経性食欲不振症（拒食症）の増加も見られます。これらの背景に食生活の変化があることは否めません。また、食物アレルギーの増加も見逃すことのできない問題です。これらの問題解決のために、水産物の健康増進作用が大きく寄与するものと期待されています。

### 3. 共同研究の現状

日韓両国の女子学生を対象とした健康状態や栄養状態と食習慣との関連を調べる共同研究が2年前から開始され、第2回シンポジウムにおいて、最初の発表が行われました。日韓の女子学生232名を対象として、体格指数（BMI）と食習慣との関連を調べた結果、朝食の欠食、麺類を食べる、外食をする、ファストフードを食べる、インスタント食品を食べる習慣はBMIと負の相関があり、BMIが異常に低い原因となる不適切な食習慣であり、ご飯の食べる習慣はBMIと正の相関があり、体重を維持する適正な食習慣であると考えられました。BMIとファストフード摂取回数との相関を図1に示します。また、詳細は本誌に掲載された論文「日韓女子大学生の食習慣とBMIとの関連」を参照していただきます。

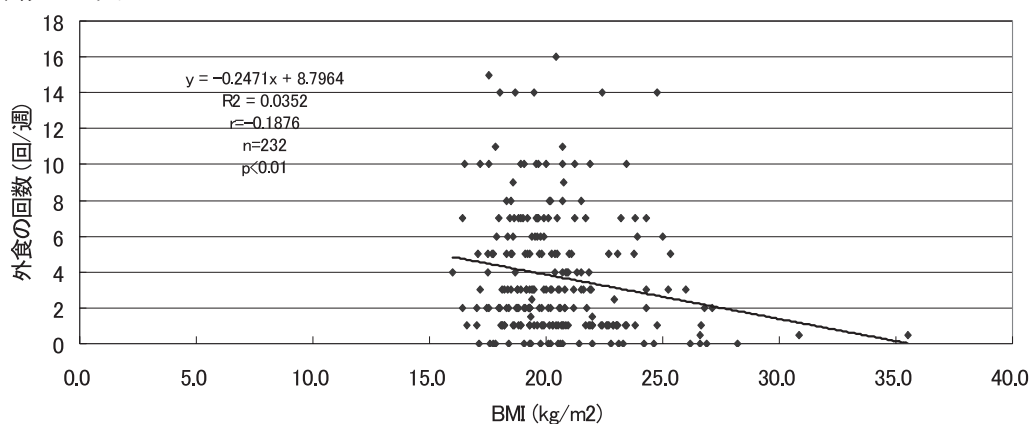


図1 BMIと外食頻度との相関

対象者：232名（日本女子学生：89名、韓国女子学生：143名）

### 4. 共同研究の展望

共同研究としては、今後、水産物の摂取と女子学生の健康状態や栄養状態との関連についても調査を行いたいと考えております。さらに、食物アレルギー、拒食症、メタボリックシンドロームが原因となり発症する循環器系疾患を中心とした生活習慣病と食習慣や水産物摂取との関連についても共同研究を開始したいと考えております。

### 5. 謝辞

最後になりましたが、本シンポジウムを共催していただきました文教大学湘南総合研究所と後援していただきました文教大学女子短期大学部、また協賛各社に心より感謝申し上げます。