

★ 第 6 回時間栄養科学研究会

共催：第 14 回ニュートリズム検討会

★ テーマ：睡眠と栄養・食の相互作用

★ 日時：2019 年 8 月 21 日（水）13 時～

★ 会場：兵庫県立大学 姫路環境人間キャンパス

時間栄養科学研究会は、体内時計と食・運動・睡眠に関心のある、研究者（基礎～応用分野）、専門職、教育関係者、院生・学生などの会員で構成され、毎年研究会を開催しています。

第 6 回は、睡眠医療の第一人者である三島和夫先生に、睡眠負債と夜型生活が食行動などにどのような影響があるのかという基調講演、そして、食と睡眠の良い関係を考えるためのシンポジウムなどを行います。

参加費は会員 1,000 円（研究会年会費も 1,000 円です）、非会員 2,500 円、学生と院生は無料です。皆様のご参加を心よりお待ちしております（定員 200 名、参加登録は 3 月頃 開始予定です）。

第 6 回時間栄養科学研究会世話人：兵庫県立大学 永井 成美

プログラム ※時間配分は変更になる場合があります。

13:00～13:15 会長挨拶・総会 柴田 重信（早稲田大学先進理工学部）

13:15～14:15 基調講演

「睡眠負債と夜型生活が食行動と代謝に及ぼす影響－ヒトの研究から－」

講師：三島 和夫（秋田大学大学院 医学系研究科 精神科学講座）

座長：香川 靖雄（女子栄養大学）

14:20～15:50

シンポジウム テーマ「睡眠と栄養・食の相互作用－睡眠と食の良い関係を探る(仮)」

座長：大石 勝隆（産総研バイオメディカル研究部門生物時計研究グループ）

川野 因（東京農業大学応用生物科学部栄養科学科）

演者：1. 「ケトン体代謝と睡眠調節」

近久 幸子（徳島大学大学院医歯薬学研究部）

2. 「睡眠の質を向上する食品素材の探索－清酒酵母 GSP6 の機能性－」

物井 則幸（ライオン株式会社研究開発本部ウェルネス研究所）

3. 「シフトワークと食事・栄養（仮）」

吉崎 貴大（東洋大学食環境科学部食環境科学科）

4. 「睡眠とエネルギー代謝（仮）」

徳山 薫平（IIIS 筑波大学国際統合睡眠医科学研究機構）

15:50～15:55

次年度の研究会案内 柴田 重信（早稲田大学先進理工学部）

16:00～17:15

口頭発表（演題は 4 月より募集予定、※発表者は会員に限ります）

終了後

懇親会（3,000 円、申込制）



研究会事務局

兵庫県立大学 環境人間学部 栄養教育学研究室 RA：本田貴子

〒670-0092 兵庫県姫路市新在家本町 1-1-12 TEL: 079-292-9405, FAX: 079-293-5710

E-mail: jikan@shse.u-hyogo.ac.jp