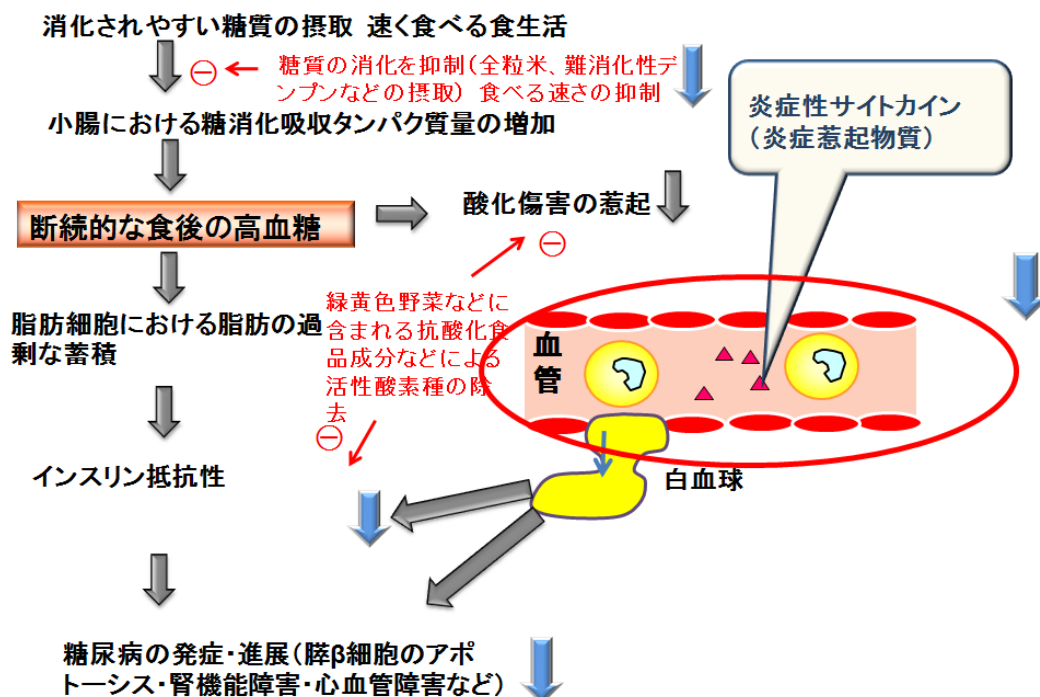




氏名・職名	望月 和樹 准教授	
キーワード	栄養学、分子生物学、分子疫学	
ホームページ	http://www.fp.yamanashi.ac.jp/FDN/index.html	
所属学会	日本栄養・食糧学会 (1999年)、American Society for Nutrition 日本動物学会、日本生化学会、日本栄養改善学会、日本糖尿病学会、 日本農芸化学会	
受賞歴	2009年5月 日本栄養・食糧学会奨励賞 受賞	
研究者から一言	それぞれの食品や栄養素の役割をモデル動物からヒトの臨床試験による一連の研究によって探索しております。特に、地域の食文化を支えるための研究を行っていききたいと思います。食品および栄養の我々の健康に対する役割に関して、興味がある方は、ご相談ください。	

食生活と生活習慣病に関する研究

糖質、タンパク質、脂質、ビタミン、ミネラルや他の食事因子をバランスよく摂取した上で、食後高血糖を増大させない食習慣をすることが生活習慣病の予防のために重要

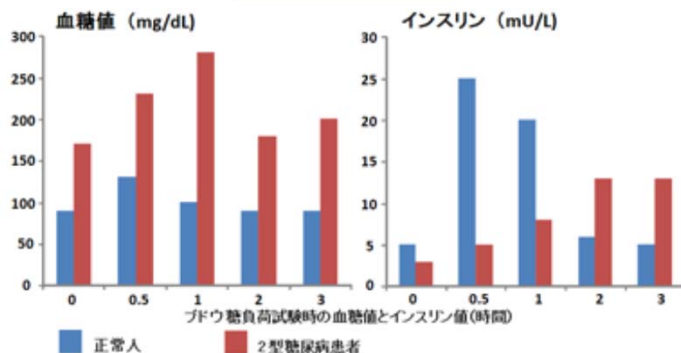


食後高血糖

人間は、毎日3回食事を摂取ことによって必要な栄養素を得ています。しかしながら、健康人においても食事を摂取するたびに血糖値が上昇します

食品栄養学研究部門では、この健康な状態から繰り返される食後高血糖が、どのように肥満や糖尿病などの生活習慣病の発症を促進するかを研究しています。

現在までに、本研究部門や他の研究者の成果により食後高血糖が繰り返されると、肥満が誘導されるとともに、体内において炎症反応が進み、組織の機能が低下することによって糖尿病や心血管障害などの合併症の発症が促進されることが分かっています。これらの予防のためには、食後高血糖が高くならないような食習慣[ゆっくり食べる食習慣、消化されにくいデンプン(全粒米、難消化性デンプンなど)を摂取する食習慣]をすることが重要になります

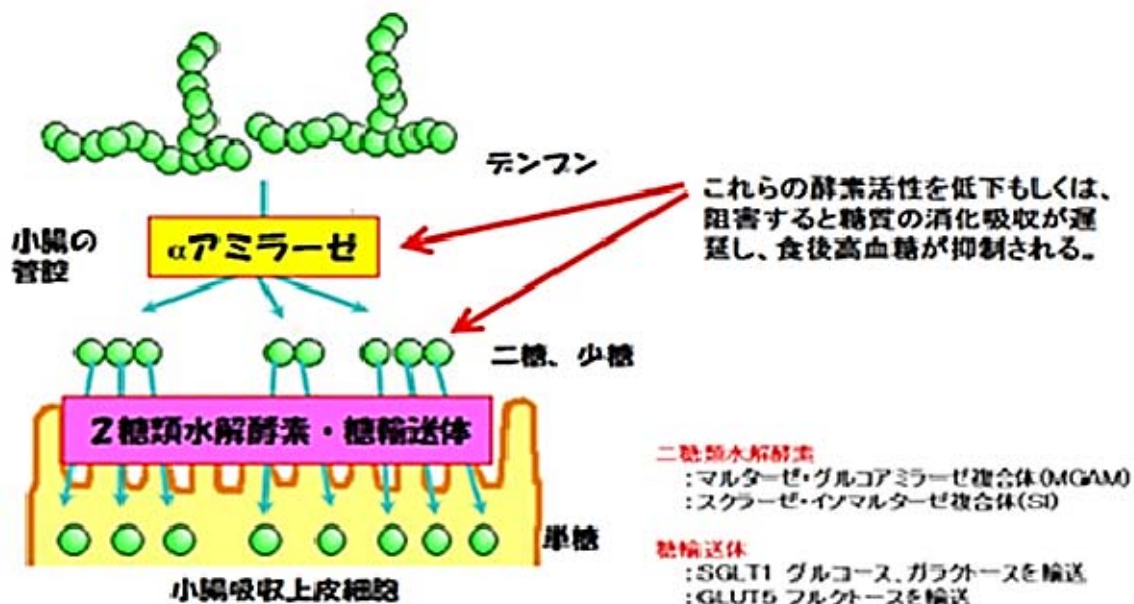


しかしながら、糖質をとらないでタンパク質や脂質中心の食生活をすることも生活習慣病の発症進展を促進することも知られています。

さらに、我々の研究室や多くの研究者の成果により、果物、緑黄色野菜などに含まれる抗酸化食品成分(ビタミンC、カロテノイド、フラボノイドなど)は、体内の炎症反応を抑制し、糖尿病などの生活習慣病の発症進展を予防する効果があることが分かってきました。

それゆえ、糖質、タンパク質、脂質、ビタミン、ミネラルや他の食事因子をバランスよく摂取した上で、食後高血糖を増大させない食習慣をすることが生活習慣病の予防のために重要であると考えられます。

小腸における糖質の分解と食後高血糖との関連



山梨大学 社会連携・研究支援機構

Email: renkei-as@yamanashi.ac.jp

Tel: 055-220-8759 Fax: 055-220-8757

