

令和8年度 リカレント教育講座

オンラインで開催  
(ZOOM を使用)

## 食と栄養の生体調節作用

※1回分のオンデマンド受講  
(アーカイブ)が可能

健康志向の高まりを受けて、食品成分の生体調節機能が注目されています。本講座では、大学の研究者がそれぞれの専門分野を易しく解説し、科学的理解を深めることを目指します。

### 対象

**一般の方** (例：教育関連施設(教諭、管理栄養士)、介護・医療関連施設、体育施設、食品関連企業、健康関連会社、飲食店、スポーツジムなどで働く方)



### 日程

2026年 11月25日(水)～12月18日(金) 各講座2回ずつ  
19:00 開始 (講義90分, 質疑応答等)

### 講座① 生体調節作用～エネルギーの視点から

11/25 (水) 第1回「食事とホルモンと病気のはなし」

藤谷 与士夫 (群馬大学生体調節研究所・教授)

11/26 (木) 第2回「栄養と食欲」

河野 大輔 (群馬大学生体調節研究所・助教)

### 講座② 生体調節作用～感覚機能の働きも大事

12/15 (火) 第1回「清涼飲料水と栄養学」

飯塚 勝美 (藤田医科大学医学部臨床栄養学講座・教授)

12/16 (水) 第2回「味覚のメカニズム」

中川 祐子 (群馬大学生体調節研究所・助教)

### 講座③ 生体調節作用～食品成分の作用のはなし

12/11 (金) 第1回「群馬県における食健康科学」

多胡 憲治 (群馬大学保健学研究科・教授)

12/18 (金) 第2回「栄養素の新機能と食生活」

鳥居 征司 (群馬大学食健康科学教育研究センター・教授)

受講料：1講座 2,000円 全講座 6,000円

申込締切：11/17 (火) まで

お申し込みはこちら⇒

申込URL：

<https://forms.gle/c84jKxBSLdFek6FHA>



【お問合せ】

〒371-8510

群馬県前橋市荒牧町4-2

国立大学法人群馬大学

研究推進部産学連携推進課荒牧センター事務局

☎：027-220-7449

✉：shokukenkou-c@ml.gunma-u.ac.jp



## 講座① エネルギーの視点から

2026年11月25日(水), 11月26日(木)

### ・第1回 「食事とホルモンと病気のはなし」

11/25 (水) 19:00～

講師 藤谷 与士夫 (群馬大学生体調節研究所・教授)

(概要) 私たちの食欲や食行動は、ホルモンによって巧みにコントロールされています。その仕組みが乱れると、肥満や糖尿病につながります。さらに日本では、若い女性の「やせ」も問題になっています。食事とホルモンの意外な関係から、健康と病気を考えます。

### ・第2回 「栄養と食欲」

11/26 (木) 19:00～

講師 河野 大輔 (群馬大学生体調節研究所・助教)

(概要) 脳の中には『食欲中枢』と呼ばれる領域があり、食欲や代謝を調節することにより、体内の栄養状態を一定に保つ働きをしています。また、食欲中枢が正常に機能しなくなることが肥満発症の一因であることが知られています。本講義では、食欲中枢に焦点を当てて、食と体重調節について概説いたします。

## 講座② 感覚機能の働きも大事

2026年12月15日(火), 12月16日(水)

### ・第1回 「清涼飲料水と栄養学」

12/15 (火) 19:00～

講師 飯塚 勝美 (藤田医科大学医学部臨床栄養学講座・教授)

(概要) 砂糖入り飲料は急速に吸収される糖分を含むため、栄養バランスを悪化させ、糖尿病や肥満の発症リスクとなります。対照的に人工甘味料は肥満や糖尿病のある人々で砂糖の代替品として使用されてきましたが、強い甘味への習慣化により長期的な食行動、発癌などに影響を及ぼす場合があります。本講演では清涼飲料水が体に与える影響について栄養学の立場からお話しします。

### ・第2回 「味覚のメカニズム」

12/16 (水) 19:00～

講師 中川 祐子 (群馬大学生体調節研究所・助教)

(概要) 味のしない食事を想像することができるのでしょうか？ 私たちにとって「味を感じる」ことはなくてはならないことですが、どのように「甘い」や「酸っぱい」味を感じているのか普段の生活において考えることは少ないでしょう。本講義ではそれぞれの味を感じるメカニズムを分子レベルで学び、どのようにして味を感知し認識しているのかを理解し、味覚感知の意義について深く考えてゆきます。

## 講座③ 食品成分の作用のはなし

2026年12月11日(金), 12月18日(金)

### ・第1回 「群馬県における食健康科学」

12/11 (金) 19:00～

講師 多胡 憲治 (群馬大学保健学研究科・教授)

(概要) 食品のさまざまな効能が注目されています。本講義では、コーヒーについて、細胞やマウスを用いた研究から明らかにされた生理作用を解説します。さらに、群馬県の食健康科学の一例として、梅工キスの抗がん作用や抗炎症作用について、これまでに明らかになってきた研究成果を紹介いたします。

### ・第2回 「栄養素の新機能と食生活」

12/18 (金) 19:00～

講師 鳥居 征司 (群馬大学食健康科学教育研究センター・教授)

(概要) ビタミンやミネラルは古くから知られる必須栄養素です。これらの一部に新たに見つかった生体機能を概説し、栄養成分の多彩な生理作用を理解していただきます。このほか最新研究を取り上げながら、リカレント講座の一連の内容を踏まえて、目指す食生活について一緒に考えたいと思います。



【お問合せ】

〒371-8510 群馬県前橋市荒牧町4-2

国立大学法人群馬大学

研究推進部産学連携推進課 荒牧センター事務室

☎ : 027-220-7449

✉ : shokukenkou-c@ml.gunma-u.ac.jp