

第30回日本健康体力栄養学会大会に参加して

畑 明 寿*

I. はじめに

令和5年3月12日(日)に神戸市長田区の神戸常盤大学にて第30回日本健康体力栄養学会大会が開催され、大会長は同大学 保健科学部 口腔保健学科 教授の吉田幸恵先生がお務めになりました。当日は春うららと言うに相応しい、まさに学会日和でした。

I. 健康体力栄養学会について

日本健康体力栄養学会について、ご存じない方もおられると思いますので簡単にご紹介したいと思います。この学会の目的は「健康と体力および栄養の相互関係を調査・研究し、その成果を運動と栄養の実践活動に応用することを通して、健康に関わる知識および技術の進歩ならびに普及を図り、国民の健康増進と生活習慣病の予防に貢献すること」とされており、現在の会長は近畿大学名誉教授の中村武夫先生が務められています。目的からもわかる通り、対象となる学問領域は広く、医、歯、薬、栄養、農、食、家政、スポーツ等、多岐にわたります。私は15年ほど前から参加させていただいており、アットホームな雰囲気、臨床検査系の学会では出会う機会の少ない領域の研究者・教育者と気軽に交流ができることが魅力だと感じています。

II. 今回の学術集会のテーマ

今大会のテーマは「人生100年時代への戦略～オーラルフレイル予防からの第一歩～」でした。シンポジウムの基調講演では龍野保健福祉事務所 所長 味木和喜子先生から「行政が取り組むオーラルフレイル予防策～生涯を通じた健口から健康～」と題した講演が行われました。その後、兵庫県栄養士会の三谷加乃代先生、シャープ株式会社 PCI・ヘルスケア事業部の谷村基樹先生、神戸常盤大学 保健科学部の江崎ひろみ先生からもオーラルフレイルの予防に関する講演が行われました。臨床検査分野の我々にとっても、フレイル(虚弱、健康な状態と要介護状態の中間に位置し、身体的機能や認知機能の低下が見られる状態)は既に耳馴染みのある言葉となっていますが、私はオーラルフレイルをテーマとした大会に参加するのは初めてしたので新鮮な経験ができました。

III. オーラルフレイルと口腔機能低下症

ご存知の先生も多いとは思いますが、オーラルフレイルとは「老化に伴う様々な口腔状態(歯数・口腔衛生・口腔機能)の変化に、口腔健康への関心の低下や心身の予備能力低下も重なり、口腔の脆弱性が増加し、食べる機能障害へ陥り、さらにはフレイルに影響を与え、心身の機能低下にまで繋がる一連の現象および過程」と定義されており、

* 岡山理科大学獣医学部獣医学科人獣共通感染症学講座 a-hata@ous.ac.jp

啓発用のキャッチフレーズとして利用されています。健康長寿のために、国民にオーラルフレイルの概念を浸透させ、機能低下が軽微なうちに自発的に歯科医院を受診してもらい、口腔機能の維持や向上、さらにはフレイルの予防に繋がりたいと考えている訳です。オーラルフレイルの概念に近い疾患名としては「口腔機能低下症」があります。その症状としては、口腔内の微生物の増加、口腔乾燥、咬合力の低下、舌や口唇の運動機能の低下、舌の筋力低下、咀嚼や嚥下機能の低下等があげられます。せっかくなので、口腔機能低下症の臨床検査がどのようなものか調べてみました(表1)。臨床検査のことはある程度知っているつもりになっていましたが、恥ずかしながら歯科領域でこの様な検査が行われているとは知りませんでしたので良い勉強の機会になりました。

IV. 多分野にわたる一般演題も面白い

健康体力栄養学会は学会規模としては小さい部類に入ると思いますが、研究内容が多分野・多職種にわたっており、私にとっては非常に興味深いものとなっています。また臨床検査と親和性の

高いテーマも多くみられ、口腔保健、栄養、スポーツ領域では口腔ケアや食生活、運動の改変が身体状態にどのような影響を与えるかを検証するために、身体組成、バイタルサイン、筋電図、咀嚼能力、口腔細菌数等の計測が行われています。これらの研究領域には臨床検査技師が参画する余地があるとも感じています。

V. 学生や大学院生の発表の場として

今大会では40近い演題が発表されており、発表者に学生や若い先生が多かったこともあり会場は活気に溢れていました。この学会は多分野の集まりですので、専門外の研究者には基本的なことから丁寧に説明する必要があります。そのため学生や大学院生の研究発表の練習の場に適していると感じています。また学問領域が異なると研究者・教員、そして学生の雰囲気や考え方が異なりますので、検査分野の学生に他所の世界を体験させるのにも良いかもしれません。

VI. 今年度の開催案内

宣伝になり恐縮ですが、第31回大会は、2024

表1 口腔機能低下症の検査項目とその概要

項目	内容	
1) 口腔衛生状態不良の検査	視診により舌苔の付着程度を評価する。	
2) 口腔乾燥の検査	口腔水分計を用いて舌先端から1 cm 後方の舌背部で湿潤度を測定する。	ガーゼを噛み、しみ込んだ唾液量を測定する。
3) 咬合力低下の検査	歯科用咬合力計を用いて歯列全体の咬合力を計測する。	残存歯数を数える。
4) 低舌圧の検査	舌圧測定器のプロープを口腔内に挿入し、先端のバルーン部を舌と口蓋の間で最大の力で押しつぶすことで最大舌圧を計測する。	
5) 咀嚼機能低下の検査	規格化されたグルコース含有グミゼリー(検査専用のお菓子のグミ)を20秒間咀嚼し、溶出したグルコース濃度を測定する。	規格化されたグミゼリーを咀嚼させどの程度細かく粉碎できたかを視覚資料と照合して評価する。
6) 嚥下機能低下の検査	嚥下に関する質問票を用いて評価を行う。	

年3月1日、2日に岡山理科大学今治キャンパスにて開催される予定となりました(大会長 藤谷 登 岡山理科大学名誉教授)。会場となる愛媛県今治市はしまなみ海道の四国側の玄関口で、造船、タオル、柑橘、B級グルメの焼豚玉子飯そしてサイクリストの聖地として有名です。飛行機の場合は松山空港からリムジンバス、新幹線の場合は山陽新幹線の福山駅からしまなみ海道を渡る高速バス(景色が素晴らしいです)で直結しています。この機会に是非足をお運びいただければと思います。

さいごに

多くの先生が同様の経験をされてきたと思いますが、私は学生時代に講座の教授から様々な学会へと連れ出してもらい、その中でこの社会のマナーや初対面の方との関係性の築き方、そして初めての土地での安くて美味しい店の選び方等の「教育」を受けました。ようやく新型コロナウイルス感染症の流行が落ち着いてきましたので私も学生を連れて学会に出かけようと思います。