

ファイトケミカルズ分科会 講演会

乳酸菌と食品成分による眠りの制御

— 睡眠快膳 —



乳酸菌と食品成分による眠りの制御

平成26年2月25日(火)
14:50-16:50

(独)農研機構 食品総合研究所
管理棟 1階 第一会議室
(〒305-8642
茨城県つくば市観音台2-1-12)

参加費

無料

開会挨拶 14:50

講演1. 14:55~15:45

「食による体内時計の積極的な制御を目指して」

大石 勝隆氏 ((独)産業技術総合研究所)

バイオメディカル研究部門 生物時計研究グループ 研究グループ長)

社会の24時間化や高齢化に伴い、成人の5人に1人が睡眠に不満を感じているといわれている。精神的・肉体的・経済的な社会問題である睡眠障害は、うつ病や神経症などの精神疾患や、糖尿病や高血圧などの生活習慣病の発症の原因ともなっており、その経済損失は、3.5兆円(医療費を含めると5兆円)と発表されている。我々は、睡眠障害の予防や改善を目指し、睡眠障害の発症メカニズムの解明や睡眠障害のバイオマーカーの開発とともに、食による体内時計の積極的な制御を目指した研究を行ってきた。本講演では、生体リズムや睡眠の改善作用に着目した食品の新たな機能性評価の実例を紹介します。

休憩 15:45~16:00 SBL88乳酸菌を活用した商品の試食会(先着50名様まで)

講演2. 16:00~16:50

「SBL88乳酸菌(*Lactobacillus brevis* SBC8803)の健康機能作用について」

中北 保一氏

(サッポロビール株式会社 価値創造フロンティア研究所 主席研究員)

SBL88乳酸菌(*L.brevis* SBC8803)の健康機能研究として、腸管免疫系や腸管バリアへの作用等を中心に行い、抗アレルギー作用や腸管バリア増強効果等を見出してきた。

最近、SBL88乳酸菌は迷走神経等の自律神経系活動にも影響を与えることが明らかとなり、その作用に、SBL88乳酸菌による腸管上皮細胞のセロトニン分泌の促進が関与していることが示唆された。また、この神経系への作用は、ストレス性睡眠障害予防効果との関連性に興味を持たれるのみでなく、乳酸菌の便秘改善作用における新しいメカニズムの可能性という観点からも興味深いと思われるので、仮説も含め、紹介する予定です。

交流会 16:50~18:00 食品総合研究所 第二会議室 (参加費:1,000円)

【お帰りの交通時間】

つくバス(農林団地中央)18:21発 → つくばセンター18:40着 → つくばエクスプレス(つくば駅)18:50発 → 秋葉原19:36着
つくバス(農林団地中央)18:51発 → つくばセンター19:10着 → つくばエクスプレス(つくば駅)19:20発 → 秋葉原20:06着
農林団地循環バス18:19発 → みどりの駅18:40着 → つくばエクスプレス18:48発 → 秋葉原19:40着

【問い合わせ先・申し込み先】 HP:<http://www.fft.gr.jp>

フード・フォーラム・つくば事務局 石川(いしかわ)・高松(たかまつ)
TEL.029-838-8010/FAX.029-838-8005/E-mail;takama@affrc.go.jp(高松)
ファイトケミカルズ分科会 担当 小堀(こぼり)・小竹(こたけ)

