

がわかった。

『ビタミンに関する最近の話題』

(京都大学医学部) 糸川嘉則氏

ビタミンが発見されたのは明治時代でその作用などはすべて解明されていると一般の人は考えているが、そうではなく、詳細な作用機構や欠乏になった時の病態生理などはまだ殆ど判っていないのである。最近のビタミン学の進歩によりビタミンは栄養素としての作用の他に薬理的な作用も有していると考えられるようになって来ている。即ち癌、神経疾患、感染症などにビタミン説が積極的に作用し治療効果を有するというもので、こうなるとビタミンは栄養素ではなく薬品として取扱わなければならない。しかしこの方面のビタミンの研究はまだ定説として確立される所までは至っておらず仮説の段階に属するものが多い。この方面の研究の進展が切に望まれる。

一方、現在我国は栄養状態が改善され、三大栄養素である蛋白質、脂質、糖質の摂取量はバランスが良く取れていて理想に近い。しかしこのように比較的理想に近い食生活をしていると考えられる我国で全般的にビタミン摂取量が諸外国に比してかなり少ないという事実がある。そしてビタミン欠乏症にまでは至らないが十分なビタミンを摂っていない marginal vitamin deficiency の状態にある者が多く存在しているのである。このような者は病気に対する抵抗力が弱いし、ビタミンを消費するような状態になればビタミン欠乏症に移行する可能性が強い。積極的にビタミン類を摂取するような食生活が望まれる。

講演会場と支部委員会会場及び諸設備を御提供いただき、さらに、講演会の進行に御協力いただいた武田薬品KK福岡支店に厚く御礼申し上げます。

2) 試食会——新春会席料理

〔日 時〕 1月21日(土) 16:30~18:30

〔会場〕 tera岡

(〒810 福岡市中央区渡辺通り5-24-28)

〔会費〕 7000円

今回の試食会は、中野和子先生はじめ青山よしの先生、西山淑子先生が真心をこめて御世話をして下さいました。お三人の先生方に対し厚く御礼を申しあげます。

II. 第2回行事

1) 総会(通算14回)と講演会(通算27回)

〔日 時〕 昭和59年5月13日(日) 9:30~12:20

講演会 9:30~10:30

総 会 10:30~11:20

講演会 11:20~12:20

〔会 場〕 小倉ステーションホテル(4F)大輪の間

〔講師・演題・要旨〕

『咀嚼くと健康』

(福岡歯科大学助教授) 中島幸一氏

人が生きるには、食べることが不可欠であることは言うまでもない。現在、私共が食べている物は長い歴史を経て確立されたものが殆どであって、その食品に含まれる成分や栄養素については、大方の人が知識として持ち合せている。とくに近代科学の進歩によって、以下のステップがはっきりしてきた。

1. 食品原材料中の成分。
2. 食品の貯蔵・保存による変化。
3. 調理加工による変化。
- ④ よく噛んで食べる。
5. 食品の消化吸収・代謝。

以上の過程の中で、第4段階の食べる(咀嚼する)ことに対する生理・生化学的な概念(意義づけ)が欠落しているように思われる。

それは文明が高度化する程、噛まなくても、消化吸収されて、生きることができるので顧みられなくなったことと、歯科疾患の予防や治療に対する一般の認識(評価)の低さにも、その一因があるように思われる。しかし、最近では発ガン予防という観点から私共人間の消化酵素で分解できないセルロースを主成分とする食物繊維や植物細胞壁等が注目されている。これらの繊維は便秘を防ぎ腸内容物の異常腐敗・異常醗酵を最少限に抑えると共に、産生された種々の有害物質なかでもニトロソアミンを中心とする発ガン物質を吸着して、生体内に再吸収されることなく排泄される。また、一方では、よく噛むことによって、唾液が沢山分泌され食品中の隅々までゆきわたり、唾液中の物質が食品中の発ガン物質(ピレン系物質, Trp-P-I など)の活性を抑えることが分ってきた。

このようなことから、改めて、「よく噛むこと」が人生の食生活を楽しむだけでなく、発ガン予防などとも関連していることを理解していただけたらと思う次第です。

『化学物質と健康』

(産業医科大学教授) 児玉 泰

ヒトは、環境中のいろいろな化学物質とかかわりを持ちながら生活をしている。今日、環境汚染物質や食品添加物などが問題となることが少なくないが、巷間で取りあげられる場合の評価は必ずしも当を得ているとは言い難い。そこで、これらを考える場合の基本的な問題について、一般的に述べる。すなわち、(1)化学物質の毒性評価法としてはどのような試験方法があるか。また動物によって得られた試験結果をヒトに外挿する場合にどのような立場からなされ、とくに安全率はどうなっている