

会報

[Vol. 30]

JFQA[®] JAPAN FOOD QUALITY ADVISER ORGANIZATION

日本食品保健指導士会

■発行所：日本食品保健指導士会 ■発行：平成23年1月1日

東京都新宿区市谷砂土原町2-7-27 TEL. 03-3268-3160 FAX. 03-3268-3136

(財団法人 日本健康・栄養食品協会 総務部門教育研修担当内)

平成23年 年頭所感 —下田理事長

財団法人日本健康・栄養食品協会
理事長

下田 智久



年頭にあたり、謹んで初春のお慶びを申し上げます。
昨年7月に林裕造前理事長から引き継ぎ協会理事長に就任いたしました。当協会は、一昨年の12月に7項目にわたる協会の改革基本方針を発表しております。これらの課題を一つ一つ実現することが、私に課せられた使命だと考えております。

改革の1つに、一昨年3月の理事会で決議された、新公益法人制度改革に伴う当協会の公益財団法人への移行があります。公益法人制度改革の目的は、不透明な会計を無くし、民間の自発的な公益活動の発展を目指すものと考えています。公益財団法人になるためには、越えなければならない認定基準は大変厳しいといわれておりますが、現在新法人取得に向けて着実に作業を進めておるところでございます。

健康食品業界に目を向けますと、厳しい社会・経済状況ではありますが、業界全体としては、健康志向の高まりと高齢化の進行や食生活の多様化、肥満や生活習慣病の増加等を背景に、更なる飛躍が期待されます。一方、ヨーロッパで発表された調理油に含まれる不純物に対する安全性の懸念に対し、特定保健用食品制度の不信にまで広がったことや、インターネット等による広告・表示に対する規制強化の動きもあり、健全な業界育成に向けて皆さんと一緒に努力していく必要があります。

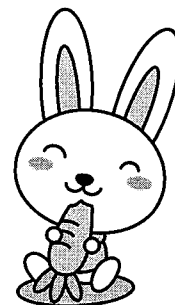
当協会としては、健康食品の安全性をさらに高める施策として、国のご指導と会員企業・関連団体のご協力のもとに、平成22年度の新規事業として、健康食品認証制度協議会より認定を受けて、安全性第三者認証機関を設立し、解説書の刊行とともに説明会を開催し、原材料および最終製品についての事業者による安全性自主点検結果を認証する事業を7月より開始いたしました。

また、改革の7項目にもありますが、全く新規の事業として、ニューJHFA制度構築に向けた委員会を立ち上げ、安全性をはじめとした品質確保を統合したシステムの構築に向け検討を開始いたしました。

更に、当協会の新組織として昨年4月に情報センターを設置し国内外の情報の収集、解析、発信等を進めるとともに広報機能を強化する体制の整備を進めています。その他、会員企業の専門的意見を協会の業務に取り入れるために新たに委員会を設置し、地方の事業者との連携を目的とした地方支部の開設を検討するなど、会員企業の要望に応えるべく事業の展開を進めて参ります。今後とも国、会員企業、関連団体、学会等のご支援とご協力を切にお願い申し上げます。

最後に、食品保健指導士は当協会が2002年から毎年養成してきた健康食品のアドバイザースタッフであります。今後も、健康食品業界の発展のために、食品保健指導士の皆様を通じて消費者へ正しい情報を提供するという目的の達成に向け、日本食品保健指導士会と協働して参りたいと考えております。

食品保健指導士の皆様のご活躍を祈念申し上げます。



本年もよろしく
お願いいたします

笑門来福

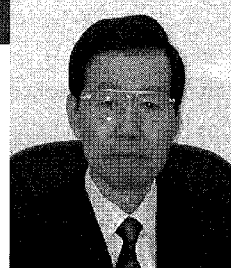
日本食品保健指導士会

新春のごあいさつ

本部

新春にあたって

日本食品保健指導士会 会長 関本 邦敏



あけましておめでとうございます。皆様におかれましては、お元気で新年をお迎えになられたものとお慶び申し上げます。

日本食品保健指導士会も今年で9年目に入ります。昨年末で996名の資格取得者になりました。まだまだ少ない人数ですが、存在感を発揮できるように頑張りたいと思っております。昨年は、政治・経済・外交全てに多難な年でした。特に経済の回復が遅々として進まないことに国民のストレスが高まっているように感じられます。そのような外的環境下にあります。健康志向は変わることなく最大の関心事ではないでしょうか。

TVや新聞の広告の多くは健康食品関連が目につきます。薬事法すれすれの内容で食品や医薬品企業がサプリメントの宣伝をしています。サプリメント購入動機は、TVの宣伝を見てと言う方が多くいます。自分に合っているのか否かは考えていませんし、相談する人もいません。身近な人の勧めで購入している方も多いうです。摂取すると何となく安心できるというように継続しておられる方も多いのではないのでしょうか。プラセボ効果でもご自分が納得いけ

ばいいのです。しかし病人がサプリメントを薬と併用して摂取している方も多く見られます。医薬品との相互作用の知識もないまま摂取されている人も多いのではないのでしょうか。健康食品で不健康になっては笑い話にもなりません。

私達アドバイザースタッフは、消費者が不幸な事態を招かないように適切なアドバイスをしなければならぬ立場にあります。そのことを自覚し、日頃から色々な情報を取り入れ、スキルアップに努力していくことが大切なことです。

日本食品保健指導士会も皆様への支援が出来るようにあらゆる可能性を模索してまいります。どうぞ建設的で忌憚のないご意見をお寄せ頂き、また積極的に本部や支部の幹事や世話役を買って出て頂き、よりよい会にしていきたいと考えております。

健康長寿の3要素、適切な食生活・運動・休養を実践され、ご自身が健康長寿を目指して頂く必要があります。指導士がメタボでは話になりません。自らの生活習慣を律して頂き、今年1年、皆様のご健勝と益々のご活躍を祈念申し上げます。

近畿支部

新しい年を迎えて 心新たに

近畿支部長 坂口 陽子



新年明けましておめでとうございます。指導士の皆様におかれましては、健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

毎年、年頭には一年の抱負を色々考えますが、成就する事が難しく、いつも次年度に持ち越されております。私ども関西支部も、今年こそは指導士としての向上のための研修会や、見学会を計画しようと思っておりますが、会員所在地が広域な為、役員会の開催がままならない現状です。どのような方法で会員相互のコミュニケーションを深め、レベルアップにつなげられるか皆様のご意見をお聞かせいただきたいと思います。

昨今、私どもの店には、自身の健康維持につながるサ

プリメントを求めて来店して下さる方が随分増加したように思えます。「自分に適したサプリメント」を望む消費者に、的確に指導出来る我々指導士が、国の認めた資格となるよう努力しなければなりません。指導士の認知度を向上する為に、関西地区の行政へのアピールも必要だと思っております。どのような方法で働きかければ良いのかご指導いただければ幸いです。

指導士の資格を意義あるものにするための企画をしていきたいと思っております。参加して下さる方は、是非ご連絡くださいますようお願いいたします。

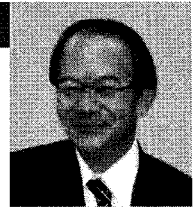
この一年が、皆様にとって幸福で健康な一年でありますよう、お祈り申し上げます。

東京支部

『宝の箱』見つけ!!

—2011年を迎えるにあたって、少し早いお年玉をいただきました—

東京支部長 田中 吉春



新年明けましておめでとうございます。皆さまにおかれましては、ご活躍のこととお慶び申し上げます。

さて、日本食品保健指導士会東京支部は、当初、岡村指導士、松山指導士を中心とした「東京地区食品保健指導士の集い」として発足し、その後2008年に正式な支部としての活動を開始して今年で4年目に入ります。

東京支部は他の支部とは異なり会員数も多く、協会との意思疎通、施設の利用、交通の利便性といった面でも恵まれており、勉強会の開催にあたって、なるべく多くの会員の皆様に興味を持っていただける話題を提供するように心がけてまいりました。おかげさまで、最近ではほとんどの企画に40名以上のお申し込みがあり、人数を制限させていただく状況になっており、大変嬉しく思っている反面、大きな責任も感じております。

さて、皆様は食品保健指導士の将来像についてどのようにお考えでしょうか。

私は、昨年11月6日の秋期研修会におけるUBMメディア株式会社の牧野順一社長のご講演、「将来の活動の場を得るために食品保健指導士は今何を学び、何を準備すべき

か」によって、これから私達、食品保健指導士がどのように進むべきかを示していただけたと感じております。

ご講演の中で牧野社長は、今話題のベストセラー「もしドラ」を取り上げられました。「もしドラ」とは、岩崎夏海氏の著書で、「もし高校野球の女子マネージャーがドラッカーの『マネジメント』を読んだら」です。

あらすじは、都立高校の野球部の女子マネージャー（川島みなみ）が、経営学の神様であるP.F.ドラッカーの著書『マネジメント』を教科書にして、いつもはよくて3回戦止まりの野球部を甲子園に連れていく、というお話ですが、その中に、これから食品保健指導士が進むべき方向性についてのヒントが、数多く詰まっています。まさに、『宝の箱』見つけといった感じです。皆さま、是非お読みください。

今年は早急に、従来の勉強会とは別に「もしドラプロジェクト」を立ち上げ、食品保健指導士にとっての方向性を明確にしたいと考えています。

興味のある方、またご意見等がありましたら、メール（info-tokyo@jfqao.jp）をいただければ幸いです。

千葉支部

目標は世界

千葉支部長 吉池 修



2011年あけましておめでとうございます。千葉支部より本年も皆様のご健勝を心よりお祈り申し上げます。

また、会員にとっての貴重な情報源としての指導士会報も30号を迎えることになり永年の広報担当者のご努力に改めて感謝申し上げます。

さて、昨年は千葉国体の年であり、開催県の常勝ノルマを無事護り、千葉県が天皇杯皇后杯を見事に獲得しました。私事です個人的な興味はトライアスロンであり、銚子岬の会場まで応援に出かけましたが、これまた千葉県が男女アベック優勝と、満足の秋でありました。その

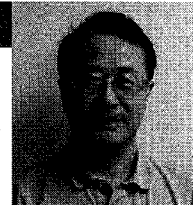
後、バレーボールの全国大会に、千葉市内の小学生女子チームと高校女子のチームが県の代表に。

実は、食品保健指導士とは縁のないようなこれらの話題に共通しているのが、コーチがトレーニングの一環に栄養補給を積極的に取り入れている事です。今年は、常識化されつつあるこのテーマをもとにメーカー各社のPR活動がさらに増してくるものと思いますが、将来を担う若い選手の世界への応援の一環として、スポーツ栄養の情報提供を今年のテーマの一つにしたいと思います。今年も千葉は頑張ります。ご協力よろしく願います。

東海支部

初 夢

東海支部長 柴田 勝

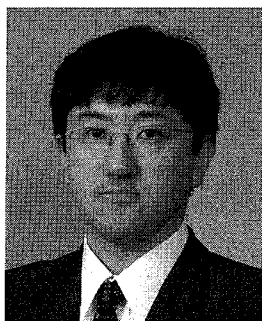


元旦、朝のお雑煮を食べていたら、年賀状と一緒に「書留」が一通届いた。差出人は「厚生労働省医薬食品局」となっている。知らないのだが、宛先は確かに「柴田勝」である。ゆっくりと開封して中身を確認すると、そこには、厚生労働大臣からの「食品保健指導士」認定証が一通入っていた。あっ！これは国家資格の証明書ではないのか。年甲斐もなく体が熱くなるのを感じた。思えば、ここ数年、同じようなサプリメント関連の団体と共同で

政府に交渉してきたことが、ようやく実を結んだのだと気がついた。同時に、このために協力もしたが、喧嘩もしてきた仲間の喜ぶ顔がまぶたをよぎる。これからは、胸を張って健常者や未病者の健康相談ができるのだな。さらには、ビジネスチャンスにも生かせるのだと思うと、オトソの心地よい酔いが一気に体を走った。「さあ！今年から、今以上に頑張るぞ」と叫んだ時に目が覚めた。気がつくと、横で猫の「ハナチャン」が笑っていた。

指導士の仲間達

会 員 の 広 場



瀧口益史 指導士

長崎大学大学院 薬学研究科
博士後期課程修了
米国国立がん研究所 博士研究員
日本学術振興会 海外特別研究員 (NIH)
徳島文理大学 薬学部 助手
広島国際大学 薬学部 准教授
薬剤師、博士 (薬学)

現在の職業

広島国際大学薬学部環境毒物代謝学教室に所属し、重金属による発がん機構、特にエピジェネティックスに対する影響を研究しています。授業では、「栄養と食品」「化学物質の生体影響」「食品衛生学」などを担当しています。来年度、6年次生を対象に「食品保健」「サプリメント」について講義する予定です。

食品保健指導士を とろうと思ったきっかけは？

薬剤師は医薬品を取り扱う専門

家です。一方、ドラッグストアや薬局において健康食品を取り扱っているのも薬剤師です。近年、予防医学(予防薬学)の発展に伴っていわゆる健康食品に対する一般の方の関心も増し、薬局などでの取り扱いも増えています。そのような社会環境のなか、全国の薬学部においてサプリメントや健康食品に関する講義が行われるようになっていきます。また、日本薬学会でも、サプリメントなどに関するシンポジウムを開催しています。そこで、薬学畑の者として栄養学分野、特に栄養士養成学部が専門的に行っている領域の知識を得たいと思い、著名な講師陣による講習会が開かれる日本食品保健指導士を受験(受講)しました。

現在、指導士の資格をどの様な 場で役立てておられますか？

資格そのものではないのですが、指導士会から送られてくる会報は非常に役に立っています。厚生労働省からの通知や強調表示など健康食品に関する最新の情報は、授業の資料集めに利用しています。逆に、指導士としては、大学主催

の健康フェアで相談会を開いたのみで、指導士会に対してはあまりお役に立てていません。すみません。

現在指導士としてご苦労されていること、または悩みなど。

あえて悩みといえば、地方にいますので、東京・大阪中心の講習会に参加できないこととそれに伴って更新に必要な単位取得が困難なことです。更新制度の単位取得の対象となる学会に薬学関係、医療関係のものを加えていただきたいと思っています。

指導士会に期待すること、 あるいはやって欲しいこと。

安全性が担保されての機能だと思っています。したがって、食の安全性に関する講習会や会報による安全性情報の提供に力を入れてほしいと思っています。また、薬学部の学生の中には、サプリメント等に関心の高い者もあり、それに関する資格取得を望んでいる者もいます。そのような学生への勧誘を進めていきたいと思いますが、高い受験(受講)料がネックです。

新しい仲間達

第17回食品保健指導士修了評価認定試験の合格者は32名でした。おめでとうございます！ニューフェイスの方々のご紹介は、次号に掲載したいと思います。

<会員の皆様へお願い>

指導士会は今、会員の皆さんとどのようにして接点をもったらよいか試行錯誤しております。前号の呼びかけで1名の指導士さんが、お手伝いに名乗りをあげていただきました。うれしいです。IDを取得できない方もいらっしゃると思いますので、広報のFAX番号をお知らせいたしますので、ご意見ご要望などFAXいただけたらと思います。

FAX 03-3237-3020 (広報担当 松山) <http://www.jfqao.jp/> (日本食品保健指導士会 HP)

今回、ご紹介するお二人の指導士会との接点ですが、瀧口指導士とは、勤務する広島国際大学主催の「健康フェア」のイベントに「トクホ」のパネルを借用したい旨の連絡をいただいたのがきっかけでした。古泉指導士は、毎年ビッグサイトで開催の「健康博覧会」の指導士会のブースに何度か訪ねていただき、お話をしたのが縁になりました。



古泉幸子 指導士

福岡県生まれ、育ち。最初の職場が九州大学医学部第二内科高血圧グループで、血圧を上げるホルモンを追っていた。同大学に健康科学センターが設立されると、移動をし、血圧と食塩、血圧と運動など、生活習慣と疾病の関係を知るようになる。その後予防の大切さから、健康食品会社に入社。現在に至る。

食品保健指導士になるうと思われた切っ掛けは？日健協の指導士養成講座はどこで知りましたか？

職場が日健協の会員でしたので、協会からのインフォメーションで知りました。

前々から健康食品を体系的に学習したいと考えていましたし、ちょうど第1回の指導士養成講座が開催される頃、次のプロジェクトに向け仕事がひと段落をしており、2週間の時間をもらえそうだと思い、職場と交渉しました。

費用を職場が負担すると言ってくれたのですが、費用を出してもらうと何か縛りが出来るような気がしたものですから2週間の時間だけでもらいました。

現在、指導士の資格をどの様な場で役立てておられますか？

正直なところ、名刺には記載していますが……役立てているとは言えません。

名刺交換をして、気がつかれた方から「指導士」について質問を

受けることがあります。

その度に、指導士の認知度があれば、こんなことはないだろうなど思いながら説明しています。

九州支部を立ち上げられるとのこと。お世話さまです。支部設立の原動力になったのは何ですか？

九州地区の第1期生は結構多く、長い間、どなたかがやったださるだろうと、他力本願でございました。でもどなたもなかなか。

そんな折、杉浦元事務局長より「九州にも支部を」という言葉に動かされ、第1期生ですし、九州の玄関の福岡に在住してますし少々責任を感じて、池に投げ込まれる小石のように、最初のきっかけを私が作り、その後は適任者に広げてもらおうと、1回目の研修会を開催しました。ところが適任者はいくらでもいらっしゃるのですが、皆さん責任ある立場で活躍されていますのでプラスアルファの活動はなかなか……計画どおりにはいきません。

現在指導士としてご苦労されていることは何ですか？

苦労ではありませんが研修会を開催するに当たり、九州地区および山口県下関在住の指導士の方々に案内を出しましたが、すでに2割の方の所在が不明になっていることが分かりました。この方々は、指導士更新制のことをご存じなのでしょうが？心配になりました。

行方知らずになっている方々の掘り起こしをやらなければ、と考えています。

アドバイザースタッフの中で一番人数が少ないのが「指導士」です。しかし会を組織し、相互関係を築いているのは「指導士」だけです。

仲間として大切にし、活動していきたいと考えています。

今後指導士会に何を期待されますか？(可能な限り具体的をお願いします。)

対外的には、NRを知っている方は結構いらっしゃるのですが「指導士」を知っている方は減多にいらっしゃる。

認知度を上げる努力をして戴きたい。日健協が消極的なようですので、それを指導士会で補ってください。

そして指導士は健康食品を正しく安全に普及させ、国民の健康に寄与できるスタッフであることを世に知らしめ、指導士会は業界のリーディング組織となってください。

一方内部的には、支部が軌道に乗るまでの支援システムを構築してください。

今回研修会を開催してみて、支部を設立するまで参加費のみで経費を賄わなければならないことを知り、安価で交通の便がよい会場を探すのに、半年かかりました。

結局福岡市内は無理で、市街地となってしまいましたけど。

その上奉仕で講師を引き受けてくださる方を選定するのも大変な作業です。

都心と地方の格差があることを認識してくださるようお願いします。

瀧口指導士、古泉指導士 ご協力ありがとうございました。益々のご活躍をお祈り致します。

新企画 第二弾

「ザ・素材」

「継田広報委員 アメリカに飛ぶ!!」
アメリカ最新情報!



Supply Side Show

全米でも大きな原料素材中心の展示会
10月20日～23日

サプリメント先進国アメリカではサプリメント関連の展示会は大小たくさん開かれています。その中でも最終製品を中心としたNatural Products Expoと原材料を中心としたSupply Side Showは全米最大級の規模を誇り、毎年東部・西部で開催されています。

今回はそのSupply Side Showの西部版、「Supply Side West」に行ってみました。

会場はLas VegasのVenetian Hotel。東京ビックサイトクラスの展示場がホテルの中にすっぽりと納まってしまうメガトン級のホテル(Las Vegasにはこのクラスのホテルがいくつもあります)で、ホテルの入り口から会場までなんと10分以上かかります。出展企業は1200社、来場者は約45000人との発表です。

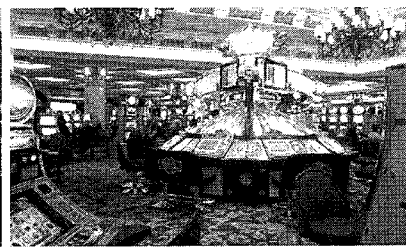
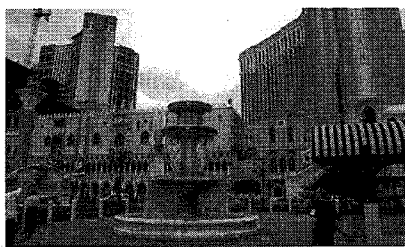
国土の広いアメリカではお互い何度も行き来して商談といったことはなかなか難しいため、こういった展示会に売り手、買い手が一堂に集まって一気に商売を決めてしまう傾向があります。ですのでお互いは真剣勝負、日本の展示会と

は少し様相が違います。事前に会期中の商談時間をきっちりスケジュールしてしまっています。また場所がLas Vegasというのも理由があるんですよ。ここならあるバイヤーは家族連れで来て週末家族サービスして帰れますし、ジャンル好きのバイヤーはそれぞれたまりませんよね。こういった人を集めやすい場所で展示会を開催するのもこの国の特徴です。ちなみに有名なNatural Products Expo Westは毎年アナハイムのディズニーランドの横で開催されています。日本では交通の便などが優先されますがやはりお国柄ですね…。入場料もしっかりとります。一般バイヤーは\$200、日本円で約20,000円です。(もちろんいろいろと特別価格はありますがそれでも5,000円以上はかかるようです)

さて、ここ最近のアメリカの素

材事情ですが、残念ながら爆発的な目新しい素材等は見当たりませんでした。従来からの基本素材、各種ビタミン・ミネラル・食物繊維、さらにはグルコサミンや酵素、CoQ10のような補酵素といったものが相変わらず主流です。また青魚を食さないアメリカの特徴として相変わらずフィッシュオイル、DHA、EPAといったω3系脂肪酸は根強い人気ようです。日本とは少し異なったスポーツ文化を持つアメリカらしく、スポーツ素材としてのプロテインもしっかりとその地位を堅持しておりました。

日本ではヤクルトなどの飲料で先行しすでに市民権を得ている「乳酸菌」に関してはアメリカでは逆に出遅れた感がありましたが、ようやくここ数年で認知されてきておりサプリメントショップなどでもやっと「Probiotics」の





棚を目にすることができました。

一方、女性の「美」に関するサプリメントも以前に比べるとちらほら見かけるようになってきており、日本ではすでに大人気のコラーゲンなどは逆に市場のできていないアメリカでは今後の期待素材になる可能性があるかもしれません。特に女性関連素材のマーケティングに関しては日本のそれを学ぼうという動きがあるとの話もちろはら漏れ聞こえてまいりました。

最近のアメリカの傾向はこういった基本素材に吸収性やナノテク、分子生物学を応用した技術などの付加価値をつけたもので差別化を図っているようです。もちろん各種臨床データ、エビデンスデータはこの国では必須です。

唯一「ステビア」がアメリカでは2年ほど前に食品として使用が認められたようで食品添加の部分では注目素材となっていました。世界ではまだ使用禁止の国もありその反応は賛否両論です。

もともとアメリカは一般市場でもベースメントサプリがしっかり根付いており、20世紀後半から始まった本格的なサプリメント市場の構成図は、数十年たった今でもこのビタミン・ミネラルを中心としたベースメント素材が骨格となっております。

今年の展示会内での特徴として

は、サプリメント法の条文解釈等の問題で市場が若干混乱しているようで、セミナーではコンプライアンス関連のものが目立っているようでした。

市場では「ショット」と言われる栄養ドリンク類が目立っており、日本では医薬部外品に多い「ファイト！一発！」といったような商品とだけ思っただけではないと思います。量的には200ml前後のもので、滋養強壮、今日の疲労に…ということになるのでしょうか、サプリメントショップのみならず一般スーパーや小売店にも必ず置いてあり少し前のアメリカでは見られなかった光景です。

最後に、一番目についたのは「中国」パワー。日系企業が20社強に対して明らかに中国と分かる企業だけで50社以上、さらに表向きは完全な欧米企業であるのに事実上中国の支配下にはいる企業が同じくらいあったのではないのでしょうか？また素材の面でも中国の進出は目覚ましく、一部の有名素材はほぼ中国に席卷されているとの情報もありました。この傾向は今後ますます強まるのではないかと思います。

アメリカは様々な面でサプリメントを取り巻く環境が日本とは違います。

まず一番の大きな違いはサプリ

メントの法律が存在するという。1994年にDietary Supplement Health and Education Act が制定され一定条件のもとで定められた使用目的、効能、使用法等が表現できます。そのためにサプリメントへの知識も意識も高く、また一般市場でも70%～80%は店頭販売という状況です。薬局やスーパーの売り場には相談窓口が設けられ、薬剤師さんが薬だけでなくサプリメントに対しても相談に乗ったり処方したりしています。日本では薬事法違反になってしまいますね。

外から日本を見るとまた違った日本が見えてきます。この経験がまた今後の食品保健指導士の活動に活かされればと思います。

①Supply Side Show

West 2011年10月10日～14日
(展示会12日～13日)
VENETIAN HOTEL Las Vegas
East 2011年5月2日～4日
(展示会3日～4日)
MEADOWLANDS EXPOSITION
CENTER New Jersey
East Westともサイト：
<http://www.supplysideshow.com/>

②Natural Products Expo

West 2011年3月10日～13日
(展示会11日～13日)
ANAHEIM CONVENTION
CENTER Anaheim
サイト：<http://www.expowest.com/ew11/public/enter.aspx>
East 2011年9月21日～24日
(展示会22日～24日)
BOLTIMORE CONVENTION
CENTER Baltimore
サイト：<http://www.expoeast.com/expo-east2011/public/enter.aspx>

*展示会以外の日はセミナーだけの開催になります。

*入場エントリーは必ず事前にネットですませてください。最近の入場に関するいろいろと厳しくなっており、また当日入場はかなり割高になります。(Natural Products Expoはすでに入場者受付が始まっています。詳しくは各ホームページをご確認ください)

2010年10月20日～23日までLas VegasのVenetian Hotelで開かれたSupply Side Westに健康ジャーナル(東京都荒川区町屋3-2-1:03-5855-1190:<http://kenkou-j.com/>)の特派員として参加してまいりました。この記事の内容は健康ジャーナルでも掲載されております。

全般にわたってのコーディネーターとなり得るのです。顧客は製品を買うのですが、その製品を欲しいのではなく、その製品の問題解決能力を買うわけです。皆さん現場、例えば小売店に立って消費者が何を求めているのかコミュニケーションをするんです。国民は情報に飢えている。難民状態です。情報のデータベース化も大事です。

2冊の本をご紹介します。読んで見てください。この中に今後の食品

保健指導士の活躍の場と何をしたらいいのかヒントが隠されているかも知れません。

〈題名：これからの「正義」の話をしよう いまを生き延びるための哲学〉マイケル・サンデス著

〈題名：もし高校野球の女子マネージャーがドラッカーの「マネジメント」を読んだら〉岩崎夏海

産業の中心に座るためには、結束と研鑽（知識と情報を得ること）が必要です。生き残るのは強いからで

も賢いからでもなく、変化に対応できるかどうかなのです。

真摯に食品保健指導士の将来を心配されエールを送っていただいた牧野社長の講演を拝聴してまことに身につまされる思いでありました。

最後に松田副会長の閉会の辞でもって東京地区秋期研修会は終了しました、今後の方向性を考えるに当って実に有意義な研修会であったことを報告いたします。

名古屋

「医薬品と食品の相互作用について」

岐阜薬科大学教授・健康食品管理士認定協会副理事長 平野 和行先生

平成22年11月27日（土）ウインクあいちで名古屋の秋期研修会が岐阜薬科大学教授・健康食品管理士認定協会副理事長 平野和行先生をお迎えして「医薬品と食品の相互作用」と題して行われました。参加者は35名で盛況裏に開催することが出来ました。

平野先生のご講演内容を簡単に紹介いたします。

内容は「医薬品と保健機能食品の位置づけ」「医薬品と食品の違い」「薬物との相互作用の分類」「吸収過程での相互作用」「代謝過程における相互作用」「排泄過程における相互作用」「薬力学的相互作用」に分けて医薬品との相互作用の実例をお示

し頂きながらユーモアも交えてお話しいただきました。医薬品と食品の相互作用はもとより、食品を摂る上でも知って、生涯にわたって自分自身はもとより、一般市民の方が食事（健康食品）と医薬品を摂る上でのポイントを分かりやすくご説明いただきました。

スペースの関係もありますのでその中でも我々が日常良く遭遇する項目につきまして簡単に記します。詳細はDVD等をごらん頂けるように準備いたしますので、詳しい内容につきまして勉強された方は準備が出来ましたらWebなど



でご連絡申し上げますので是非こちらをごらん頂ければと思います。

（松田 暁忠 記）

1) 吸収過程における相互作用：

①ミネラルを多く含む食品で吸収が低下する可能性のある医薬品

ミネラル	医薬品分類	主な医薬品
カルシウム マグネシウム	ビスホスホネート剤 (骨粗しょう症薬)	エチドロン酸ナトリウム アレンドロンナトリウム
鉄 亜鉛	テトラサイクリン系 抗生物質	テトラサイクリン ミノサイクリン
アルミニウム	ニューキノロン系 合成抗菌剤	エノキサシン、 オフロキサシン、 ペニシラミン（抗リュウマチ薬）
カルシウム		エストラムスチン（前立腺がん薬） レボチロキシンナトリウム（甲状腺薬） セフジニル（セフェム系抗菌剤）
鉄		

2) 代謝過程における相互作用：

①グレープフルーツジュースで
阻害される代表的な医薬品

薬効分類	一般名	商品名
カルシウム拮抗剤 (降圧薬)	ニフェジピン ニカルジピン等	アダラート ベルジピン
抗血小板 (抗血栓薬)	シロスタゾール	プレタール
免疫抑制剤	シクロスポリン タクロリムス	サンディミュ プログラフ

②セント・ジョーンズワースによって
代謝が速くなり、薬効が減弱する医薬品の例

分類	医薬品名
気管支拡張薬	テオフィリン
免疫抑制薬	シクロスポリン、タクロリムス
抗HIV薬	リトナビル、サキナビル、インジナビル
抗てんかん薬	フェニトイン、カルバマゼピン
抗不整脈	ジソピラミド、アミオダロン
強心薬	ジギトキシン、ジゴキシン
抗血液凝固薬	ワルファリン

3) 薬力学的相互作用：

①医薬品と特定保健用食品の相互作用

特定保健用食品	医薬品	相互作用
糖の高めの方に グアバ茶ポリフェノール	グルコバイ、ベイスン等	作用増強
血糖の高めの方に 錠剤オリゴペプチド ラクトリペプチド サーデンペプチド	カプトリル、セタプリル等 カプトリル、セタプリル等 カプトリル、セタプリル等	作用増強 作用増強 作用増強
おなかの調子を整える サイリウム腫皮 グアガム分解物	ジゴキシン、鉄 ジゴキシン、鉄	吸収の遅延又は抑制 吸収の遅延又は抑制

②ビタミンと医薬品の相互作用

ビタミン	医薬品	相互作用
ビタミンA	ワルファリン（抗凝固薬） エトレチナート（角化症治療薬） トレチノイン（抗ガン薬）	出血傾向 頭痛、顔面紅潮、皮膚乾燥 頭痛、顔面紅潮、皮膚乾燥
ビタミンB6	レボドパ（パーキンソン治療薬）	効果減弱（脱炭酸反応促進）
ビタミンD	ジゴキシン、ジギトキシン、メチルジゴキシン アルファカルシドール	効果の増強、不整脈 高カルシウム血症
ビタミンE	アスピリン、ワルファリン	出血傾向
ビタミンK	ワルファリン	効果の減弱

③食品・嗜好品と医薬品の相互作用による薬効の修飾

食品・嗜好品	種類	医薬品	症状
ビタミンK 含有食品	納豆、クローラ、青汁	ワルファリン	抗凝固能の低下
カフェイン 高含量飲料	コーヒー、お茶、コーラ等	睡眠薬	不眠、めまい
エタノール	酒、ビール、ウイスキー等	鎮静薬 抗ヒスタミン薬（第一世代）	鎮静の増強 脱抑制増強
喫煙	たばこ	テオフィリン	作用減弱
食塩含有食品	たくわん等	降圧薬	高血圧
コレステロール含有食品	卵黄（3個以上）	高脂血症	薬効の減弱
炭酸飲料	コーラ等	糖尿病薬	糖尿病

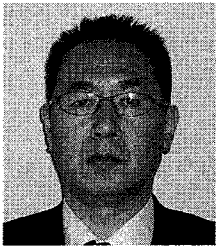
④食品素材・ハーブなどとの相互作用

食品素材・ハーブ等	医薬品	医薬品
ニンニク（8g）	サキナビル（抗HIV剤）	AUC減少
ニンニク、イチョウ	アスピリン、チクロピジン、ワルファリン	作用の増強
ドコサヘキサエン酸	抗凝固剤	作用の増強
ノコギリヤシ	前立腺肥大治療薬	作用の増強
ギムネマ・シルベスタ	糖尿病薬	作用の増強
セイヨウカノコソウ	睡眠剤、鎮静剤	作用の増強

ごあいさつ

あけましておめでとうございます。昨年は会報誌のリニューアルを行い、広報委員の中の編集委員のご紹介をさせていただきました。会員の皆様にお手伝いの呼びかけをいたしましたところ、新たに前田裕司指導士が仲間に加わっていただけることになりました。今号は、広報委員のWeb委員のご紹介をさせていただきます。皆様よくご存知の方々です。Web委員長は阿部真幹事、いつもウイットにとんだ「つれづれコラム」担当の田中由美指導士、「オーガニック便り」の頑張り屋さんの橋口指導士、皆の悩みは会員の反応がイマイチなことです。書き込みの掲示板にどんどん書き込んで、3人をあわてさせましょう！本年も宜しくお願い致します。

～Web委員



阿部 真

日本食品保健指導士会のWebページを担当させていただいております。現在3名の指導氏がWeb委員として運営を行っております。まだまだ稚拙なWebページですが、是非忌憚ないご意見を皆様より賜り、少しでも会員の皆様のお役に立つページにしていきたいと考えております。Webの利点は、テレビのデジタル放送ではありませんが、双方向でのやり取りが容易であることがあげられます。ただ、一方的な情報を読むだけでなく、情報発信の場としてご利用いただければと思っております。ご意見、ご要望をお待ちしております。また、現在Webページの委員としてご協力いただける方を募集いたしております。Webに関する知識が有る方はもちろん、文章を書く事が好き、情報を集める事が得意といった方にも是非ご協力いただければ幸いです。宜しくお願いいたします。



橋口 さちこ

指導士会のHP上で、「オーガニック便り」を担当させていただいています。健康のために摂取している健康食品によって、健康を損なってしまう方、高価な健康食品を無理して購入し続けている方、薬との相互作用を知らずに健康食品を摂っている方…。一人ひとり、体質・体調が異なりライフスタイルも異なる中で、健康のために出来ることを、ご自身で選んでいけるようにアドバイスすることを目標に活動しています。また、淑徳大学（東京 池袋）の公開講座で、食と健康の講座を行っております。生活習慣病の基礎知識、表示の読み方、健康食品の選び方などと、環境にやさしく健康にも役立つオーガニックの考え方を手軽に生活に取り入れる方法を、お伝えしています。指導士更新単位も取得できますので、皆様のご参加もお待ちしております。



田中 由美

こんにちは！「つれづれコラム」を担当しています、田中由美です。西栄養学と中医栄養学を組み合わせる日本の皆様の健康づくりに役立てたらと、日々精進しているところ（つもり!?）です。WEBは会誌と違って、皆様に足(?)を運んでいただくお手間をおかけしますが、遊びにきていただけていますか？私のコラムは本当につれづれで、その時に思ったものを思ったまま文章にしています。なので、かる～い気持ちで遊びに来ていただけると嬉しいです。ちなみにタイトルですが、あれ、本当の徒然草のタイトルなんです。私のつれづれ文章にぴったりのものを委員長の阿部さんが探し出してつけてくださっているんです!! このタイトルを読むだけでも興味深いですよ！そして、このコラムは皆様とのキャッチボールもテーマのひとつです。私が見たい放題やっていますので、たくさんの異論・反論・同論をお送りくださいませ！

～会報委員



前田 裕司

このたび、12月から広報委員会に参加させていただきます前田裕司です。身長184cm 体重88kgの巨体ですが気持ちは小柄ですので何なりとお申し付けください。只今、母親介護の真っ最中で「拾う・探す・笑う」が日課ですが、指導士の評判向上の一翼を担いたいと思っております。私とサプリメントの出会いが米国・カリフォルニア州でした。カリフォルニア州ゴルフ・ツアー転戦中の体調不良時にツアー仲間がくれたクエン酸、アンセリンとPABA (Para-aminobenzoic Acid) の効果にビックリ！足取り軽く優勝したのは今も忘れられません。その後母校であるSan Diego Golf Academyに勤めた時もカイロプラクターと共にアジア留学生の健康を考えたサプリを紹介していました。日本では「キノコ成分と免疫」に関わるサプリに携わってきましたが経験・知識共に未だ浅く、心強い松山委員長の下<展示ショールーム>にて勉強したいと考えております。よろしくお願いたします。

NPO法人食品保健科学情報交流協議会様より、巻頭言の執筆依頼

NPO法人食品保健科学情報交流協議会の伊藤蓮太郎先生より、日本食品保健指導士会の関本会長に10月号の「食科協ニュースレター」第87号の巻頭言の執筆依頼がありました。

関本会長の巻頭言の内容

「食品保健指導士の役割と活動状況」と題して、「食品保健指導士の現状」「日本食品保健指導士会の役割と指導士の活動」「将来構想」について執筆。

特に「将来構想」では

- ①食品保健指導士の資格が将来的に公的な資格（あるいはそれに準ずる資格）となるよう行政機関に働きかけていく。
- ②他の主要3団体のアドバイザースタッフとの連携。
- ③日本食品保健指導士会の法人化を目指す。

とあります。

詳しい内容につきましては、指導士会のホームページをご覧ください。尚「食科協」について興味のある方は下記のHPアドレスをご利用ください。

<http://www.ccfhs.or.jp/>（食科協ホームページ）

地域見守り創出調査研究事業(新宿地域)の協力、参加要請依頼

経済産業省平成22年度 医療・介護等関連分野における規制改革・産業創出調査研究事業（地域見守り創出調査研究事業）に、慶応義塾大学医学部 東京電力先端医療科学・環境予防医学寄附講座の信川益明教授から、日本食品保健指導士会に参加・協力の要請がありました。

11月25日に第1回の全体会議が開催され、関本会長が出席。事業概要の説明と参加協力団体（医師会、健康科学学会、日健栄協、介護関係、老人ホーム、クリニック、企業、その他）約50団体が集まり、活発な質疑応答が行われました。松山幹事もスタッフとして参加しております。

構想としては、これからの高齢者社会を向かえ、地域でネットワーク網を構築し生きがいづくり、生活支援機能、医療の連携、介護・福祉の連携等、ITを使って看護師や薬剤師、医師と直結させ迅速に治療ができるよう、また見守りコーディネーターなどにより、孤独死の高齢者を防ぎ、医療費の節約等、総合的に横のつながりをもって、高齢者を見守っていくというモデルケースを作るための調査研究です。

主に指導士会の協力分野は、調査フィールドの1つとして11月より「ふれあいセンター神楽坂」を開設、運営しており、（1月からは戸山団地にも開設）そこでは医療・食事・美容・運動・イベントなどを介して、健康で、楽しく、長寿人生を過ごしていくことを総合的にサポートしております。このセンターは50歳以上の健康に過ごされている方を対象にしています。そのセンターでのサプリメントの相談や栄養相談、セミナーの開催の協力をを行います。

詳しくは下記のホームページをご覧ください。

<http://www.sinjuku-fureai.net/utility/privacypolicy.html>（ふれあいセンター HP）

TEL 03-6265-0664（月・水・金 開設）

興味のある方はセミナー情報をご覧ください。気軽に見学に行ってみてください。



「アロマセミナー」
～メディカルハーブ・エキナセアチンキの作り方実践～

指導士会からのお知らせ

*平成23年1月29日(土) 15:00～17:00 東京支部 勉強会開催

「健康食品GMP制度の概要と認定工場の基本仕様」

—GMP制度の概要と、GMP認定工場の現状と将来—

*平成23年3月16日(水)～18日(金) 第29回健康博覧会に出展並びに有料セミナー開催の予定

詳細につきましては「指導士通信」にて、お知らせいたします。会員の皆様のご参加をお待ちしております。

今年は指導士会の飛躍の年にします。会員の皆が手をつながないとそれは実現不可能です。喧々諤々大いに議論し、前進したいと思います。

《広報委員一同》