

序

食品機能学は、「食」がもつ多様な働きを科学的にとらえて分類・解明し、それを私たちの健康にどう生かせるかを考える学問である。現代社会では、高齢化や生活習慣病の増加など健康に関する課題が深刻化しており、「食」を通じた疾病予防に関心が高まっている。このような背景のなか、私たちが日常的に口にする食品に科学の光をあて、健康増進への活用に結びつける食品機能学は、ますます注目を集める分野となっている。

1900年代初期、世界中で恐れられていた脚氣が食事改善で防げることをはじめて世に示したのも、世界ではじめて栄養研究所を設立したのも、日本である。さらに日本は1991年に特定保健用食品制度を創設することで、食品の保健機能表示を世界で最初に行った。わが国は、「食」で健康増進を目指すこの分野において先進的であったのだ。そして世界中で保健機能表示が一般的となった現代において、わが国の特定保健用食品は欧米諸国よりもハードルが高く、厳しい科学的根拠が求められている。やはり現代においても先進的といえるのである。

食品機能学を学ぶことで、「食」を科学的に理解する力が養われる。「食」は身近なものであるが、その機能に関する情報が社会に正しく伝わっていない場合も見受けられる。だからこそ、科学的根拠に基づいた食品機能の情報を正しく理解し、正しく活用し、より多くの人々の健康に役立てることが求められる。

本書は、栄養科学イラストレイテッドシリーズの一冊として、フルカラーで各ページに図表をふんだんに用いている。わかりやすさにこだわって執筆・編集を行った。栄養分野において食品機能学を学ぶ学生はもちろんのこと、薬学部、農学部などで食品学を学ぶすべての学生、食品表示検定をめざす方にも教科書・参考書として利用していただきたい。また、発展目覚ましいこの分野の研究・食品開発をめざす方、健康支援の専門家をめざす方にも十分利用していただけるよう編集した。

学びやすいよう、各章の冒頭に「Point」と「概略図」を示し、章末には「チェック問題」を備えた。楽しく読める「食べ物で健康になる!」という章末のコーナーや「コラム」も充実している。

私のはじめて食品機能学を担当した時、一次機能、二次機能、三次機能、生活習慣病、免疫、保健機能食品、制度など、すべてを網羅した教科書がなく、そのような教科書があればいいなと、オリジナルの授業資料を作成しながら考えていた。羊土社の田頭みなみ氏のご尽力により、思い描いていた教科書を誕生させることができた。心より御礼申し上げます。

本書の表紙にはギリシア神話の豊穡の象徴、コルヌコピアが刺繍画家のMarron様によって描かれている。山羊の角に見立てた籠に収穫した瑞々しい果物や野菜が入っている。感謝祭と関連づけられるコルヌコピアをもった神の姿が、食品機能学のイメージにぴったりではないか。

本書は、執筆者6名によって書かれたものである。編者として執筆者の先生方の原稿にワクワクしたり感動したりした、この思いを読者の皆さまと共有したい。そして、日進月歩のこの分野、読者の皆さまのご意見をいただきながら、さらにより教科書へと成長させていきたい。

食品機能学を学ぶと、日常の食事がただの栄養摂取ではないことに気づかされるようになり、世界が広がる。本書を通じて、読者の皆さまが、これからの分野である食品機能学をワクワクしながら学び、未来を担う力となってくださることを、願ってやまない。

2024年11月

深津（佐々木）佳世子