

## 第 80 回日本栄養・食糧学会大会発表報告

(2026 年 5 月 15 日 (金) ~ 17 日 (日) サンポート高松)

客員研究員 1 名、修士 1 年生 2 名、学部 4 年生 3 名が第 80 回日本栄養・食糧学会大会で一般演題の発表を行いました。全国学会初参加の学生の感想も含めご報告します。

### ● 発表演題

木下 徹 (客員研究員)

「強炭酸水の継続飲用による食行動の改善効果、および疲労感、睡眠等への効果に関する探索的研究」

澤田 椿紀 (修士 1 年生)

「高アミロース米摂取後の血糖等の反応性に影響を及ぼす対象者特性について」

高田 陽奈 (修士 1 年生)

「媛育 83 号を使用した酒粕粉末の摂取方法と便秘改善との関連」

岩瀬 華穂 (学部 4 年生)

「料理区分ごとの食物繊維摂取量の寄与率」

菊池 桃子 (学部 4 年生)

「菓子摂取量と中心血圧との関連：東温スタディ」

谷淵 萌衣 (学部 4 年生)

「アルコール摂取量とうつ症状との関連：介護による修飾効果」



## ● 感想

### 岩瀬 華穂

栄養食糧学会では、「料理区分ごとの食物繊維の寄与率」について発表させていただきました。発表の際は大変緊張してしまい、十分に落ち着いて説明することの難しさを実感しました。また、質疑応答では質問に対して時間内に適切に回答することができず、自身の知識や理解をさらに深める必要があると感じました。今回の経験を今後の研究活動や発表の機会に生かし、より分かりやすく研究成果を伝えられるよう努力したいです。

### 菊池 桃子

私は「菓子摂取量と中心血圧の関係」について発表しました。本番では緊張もあり、適切なスピードで話すことや、聴衆の様子に気を配りながら話すといった、聞き手への配慮が十分にできなかった点が課題として残りました。他の発表を聞く中でも、自身のプレゼンテーションにおける多くの改善点に気づかされました。また、質疑応答の際にも自信を持って回答することができなかったため、今後は研究に対して常に疑問を持ち、より深く探求していく姿勢が必要だと感じています。

多くの反省点はありますが、大きな会場で大勢の方々に前に発表できたことは大変貴重な経験となりました。

### 谷淵 萌衣

私は『アルコール摂取量とうつ症状との関連：介護による修飾効果』について発表しました。初めての学会発表でとても緊張しており、十分に周りを見ながら発表することができませんでした。また、質疑応答では、質問に対して即座に回答を考えられず、曖昧な回答になってしまった部分も多いと感じています。しかし、頂いた質問やご指摘から、研究の改善点や着目すべき点について多くの学びを得ることができた学会となりました。さらに、他の参加者の発表を聞き、スライドの構成や話し方、質疑応答の仕方など、今後の参考にしていきたいことをたくさん学ぶことができました。学会から得た経験・学びを生かし、今後の研究により一層励んでいきたいと思えます。