
～中高年女性における骨の健康を守るヒケツ～

「MBP」研究会、初の市民公開講座を開催

西川ヘレンさん、秋野暢子さんら、介護いらずの重要性語る

「MBP」研究会(会長:板橋明、以下「当研究会」)は、2015年3月15日(日)に有楽町朝日ホールにて「中高年女性における骨の健康を守るヒケツ」をテーマにした、一般者参加型の市民公開講座を開催いたしました。

当研究会は、骨の形成に必要な成分である「MBP」を幅広い世代へ普及させることを目指しており、今回の講座は抽選で選ばれた約550名の参加者に「骨」に関する正しい情報をお伝えすることを目的に行いました。

同講座は、2つのパートに分かれており、はじめに太田博明先生(当研究会 副会長、日本骨粗鬆症学会理事長)より、「中高年女性がいつまでも健康であるために」をテーマに講演が行われました。

近年、中高年女性のやせ願望が高まっていることなどに起因してカルシウム摂取量が減少していることに警鐘を鳴らし、カルシウムに加え、ビタミンDなどもしっかり摂取するよう呼びかけました。

続いて、板橋明先生(当研究会会長、埼玉骨疾患研究センター所長)より、「健康な骨を保つには～骨粗鬆症を知ろう～」をテーマに講演が行われ、高齢者によく見られる腰曲がりの原因は、実は年齢のせいではなく、骨粗鬆症により背骨が潰れてしまうことが主な原因であるというお話をいただきました。さらに「自身の背骨の状態を確認するために、レントゲンでは側面からも撮ってもらうよう、お医者さんにお願ひしましょう」という呼びかけに対しては、参加者の方々が熱心に聞き入っている姿が見受けられました。



後半のパートでは、タレントの西川ヘレンさんと女優の秋野暢子さんのゲスト2名を加え、パネルディスカッションを実施いたしました。

「MBP」が入った製品を13年間愛飲しているという秋野さんからは、「骨密度が20代後半から30代前半の平均値と診断された」という、「MBP」にまつわるエピソードをご紹介いただきました。

一方、西川さんは、お母様が大腿骨の骨折により寝たきりになられた体験から、介護いらずの生活がいかに重要かという点について語られ、秋野さんのお話を聞くと、「早速、「MBP」を摂るようにします！」と即座に反応し、来場された参加者の方々の笑いを誘っていました。

また、参加者から「骨の専門家へ聞いてみたいこと」について事前に集計したアンケートの中で、特に多かった「自宅でできる骨を強くするトレーニング法」については、「立ち上がったままつま先立ちになり、踵を上げて下ろす運動がよい(太田先生)」、「立つのがしんどい場合は、座ったままのラジオ体操でも有効(板橋先生)」といったアドバイスをいたしました。

「MBP」研究会では、今後も、幅広い年代の方々に向けて、骨に関する正しい情報と「骨をつくる力」を高める「MBP」の普及を目指し、一般の方を対象にした市民公開講座などの活動を行ってまいります。

【「MBP」研究会とは】

「牛乳には、カルシウムのほかにも骨の健康に役立つ成分が含まれているのではないか」という考えを基に見いだされた数多くの効果が牛乳由来の機能性成分「MBP」に確認されています。

幅広い年代の人々の「骨をつくる力」を高める「MBP」の普及により、国民保健の向上に寄与するために平成27年2月に設立されました。

具体的には、骨粗鬆症の発症及びそれに起因する骨折及び寝たきり等の生活の質の低下を抑制、成長期の発育助成、成人期の骨折等の疾病リスク低減による、国民保健向上への寄与を目的としております。

活動内容としては、「MBP」に関する新しい知見の収集、医療関係者様向けの「MBP」普及活動、一般市民向けの「MBP」普及活動です。

■主な理事（敬称略）

- 会長 : 板橋 明 / 埼玉骨疾患研究センター 所長、くぼじまクリニック 副院長
副会長 : 太田 博明 / 日本骨粗鬆症学会 理事長、山王メディカルセンター 女性医療センター長
理事 : 小山 嵩夫 / 小山嵩夫クリニック 院長、NPO法人更年期と加齢のヘルスケア 理事長
一般社団法人日本サプリメント学会 理事長
理事 : 青江 誠一郎 / 大妻女子大学家政学部 教授
理事 : 上西 一弘 / 女子栄養大学栄養学部 教授

■「MBP」研究会ホームページについて

骨の仕組みや「MBP」の魅力について、分かりやすくまとめたサイトです。
2015年2月2日（月）よりオープンしております。内容は、随時更新しております。

<サイトアドレス>

<http://www.mbp-labo.com/>

<代表的なコンテンツ>

- 「MBP」とは? : 「骨」や「MBP」の役割について解説
「MBP」の秘密 : お母さんや、シニアの方に向けて情報を掲載
ニュースイベント情報: 市民公開講座や専門家向けセミナー等のご案内
学会発表・調査データ 「MBP」に関する発表、論文の掲載

【機能性成分「MBP」とは】

骨を形成する骨芽細胞を活性化し、骨を壊す破骨細胞を抑制することで、骨密度や骨量を上昇させることが確認されている乳由来の天然機能性成分です。

骨芽細胞、破骨細胞の両方に働きかけるという画期的な性能を持っており、シニアだけにとどまらず、お子様や産後の女性など、幅広い年代・性別で骨密度改善や骨芽細胞活性化に関する数多くの研究成果が得られています。