

## 無季言

◆大学等の研究成果が広く一般に普及していく。これは創薬や医療機器といった

最先端のものばかりでなく、食事など日常生活の中でも見られる。その一つに、「疲労」をターゲットに研究を進めている大阪市立大学健康科学インベーションセンターの渡邊恭良所長らの研究グループの成果がある◆研究グループは、「疲労」は重要な細胞の部品がさび付いたり壊れたりしたもので、錆を防いだり、さび付いた分の修復、新しい部品を作って入れ替えるなどの措置が必要との観点から、毎日の生活の中で「疲れがとれやすくなる」「疲れにくくなる」ためのレシピがあればと、抗疲労食の研究に取り組んでいる◆その成果が、2011年にレシピ本「抗広食」を発売、好評だったことから今月、第2弾となる抗疲労レシピ本「おもしろく食べて疲れをとる」が発刊された◆これは、大阪北新地の割烹料理店「粋饗石和川」の協力を得て、研究にも裏打ちされた82種類の抗疲労日本食メニューが掲載されている。インターネットの検索エンジンで検索してみたらいかがか。

2016.9.14 薬事日報 1面