

英国北部のニューカッスルで参加されている国際スポーツ栄養学会（International Sports and Exercise Nutrition Conference）に参加してきました。"International"と銘打たれてますが、"European"にした方が良いのでは？と思うくらい、ヨーロッパの nations からの参加者が大部分で、アメリカ大陸やアジアからの参加者は、ほとんど見当たりません。私は3度目の参加になるのですが、日本からの参加者は、2名、3名、今年は4名でした。来年は5名になるのかしらと思いつつ、この報告を書くことにしました。

学会の頭脳的中心となっているのが、IOCの栄養部門の議長をされている、Ron Maughan 博士です。辛口のブリティッシュ・ジョークと研究が大好きなおじいさんで、後進の育成に情熱をそそぐあまりにこの学会を発足されたと感じています。実務的な切り盛りをされているのが David Robert さんと奥さんでブロンド美女の Angera Robert さんです。こじんまりとした300名ほどの学会ですが内容は濃いです。

先のオリンピックでは、英国のメダルの獲得数は、アメリカ合衆国に次ぐ2位ですが、人口あたりのメダル数では、英国は、米中露あるいは日本よりも突出しています。英国のスポーツ栄養部門には、Maughan 博士が育ててこられた研究者たちがおり、フィールドとラボを結ぶ優れた成果を挙げています。この学会は、そうした研究者たちの生のお話を聞ける有難い場所です。

学会といっても、一般演題の発表時間はほとんど設けられていません。「競技能力の向上」と「健康のための運動」の2会場で、3日間、教育講演とシンポジウムでほぼ全ての時間が埋められています。看板になっているような先生は、複数のセッションで演者を務められることもあります。数年前の大会で面白かったのは、低糖質食の大家をお招きしてのシンポジウムでした。その大先生がトップバッターで話をされた後、その後に続く演者達はその先生の話の全否定するという展開になったことです。これは日本だと絶対ない展開だなあ、いい文化だなあと感じました。

午前午後にコーヒブレイクが1回ずつ、お昼にランチがついてます。メニューにはセリアック病向けのグルテンフリー食が用意されていたりして、ジョコビッチを生んだヨーロッパの粋なおもてなしを感じます。夜にはウェルカムパーティーがあります。アルコールが飲みたい人は、カウンターで現金で購入するというパブ文化万歳のシステムです。1時間ほどたって脚が疲れてきたかなというタイミングで伝説の名選手が伝説の名場面の映像をバックにステージに登場して、名選手と名教授のトークショーになります。参加者はカウンターでビールのボトルを購入してステージの周りの椅子に腰掛け、興味深いお話を聴きながら、ぬるくてビターなエールをチビチビとやります。

演題については学会のホームページで確認できますが、「尿中の代謝産物をメタボローム解析することで食事調査ができる未来（？）について」、「エリート選手にとって糖質摂取の必要性を、数多くの文献を紹介して語り尽くすレビュー」、「ツール・ド・フランスでの消費エネルギーとエネルギー供給」、「プレミアリーグでの栄養摂取」、「リオ五輪の英国栄養チームのコンセンサス」、「研究論文を生むためのデザイン力」、「プラセボ効果をどう向か合うか」、「ソーシャルネットワークと研究論文の違いを評価する」、「体たんぱく質合成のための栄養摂取」、「私にとってのベスト論文」など、興味深い講演が沢山ありました。

最後に、この学会をお勧めする方としては、1) スポーツ栄養についての冬期集中講座に参加したい、2) ヨーロッパには英語が母国語でない人が多いので、スロースピード英語がありがたい、3) 日本人がいない中でヨー

ロッパの現場で働いている栄養士やこの分野の研究者とコミュニケーションしてみたい、4) 最新のオリジナル研究成果の話でなくてもいい、5) 分子レベルの話がほとんどなくてもいい、6) 世界のエリートの話に刺激を受けてみたい方でしょうか。

歩いて回れる小さな街ですが、1600 年代の歴史的建造物がいたるところに残されており、通りを曲がるたびにため息がでます。モダンな建築も古い街並みと調和して、人々が都市景観を大事にしていることが伝わってくる美しい街です。来年も 12 月に同じ場所で行うとのことでした。