

IV. 健康食品管理士になって

私が目指す健康づくりの活動とは

森谷 恭一

(株式会社 アミノアップ 営業部 広報担当 参与)

1. はじめに

私が健康食品管理士の資格制度を知ったのは、3年前に公益財団法人北海道科学技術総合振興センターが主催するヘルスイノベーションカレッジを受講した時でした。その時に健康食品管理士受講の案内書が配布され、その存在を知ることになりました。そして、健康食品管理士の認定試験を受けることにしたのは、私が健康食品業界に30年以上携わってきた中で、改めて健康食品に関して基本的な事を学ぶことができる貴重な機会だと考えたからです。

早速、「健康食品学」のテキストを取り寄せて通読すると、健康食品に関する情報がこの1冊によくまとまってありました。それからまもなく、オールドルーキーとして若手の受験生の方々に交じって試験を受け、健康食品管理士の資格を取得することができました。資格を得ることは自身の勉学の励みとしては大事ですが、「健康食品学」を読み解くことでさらに健康食品に関しての知識を深めることができたことに感謝しています。

さて、次の章からはこれまでの私のささやかな体験談も交えて健康食品管理士はもちろんのこと、これからの健康のスペシャリストの方々が社会で活躍するためにどうすべきかの私論を述べさせていただきますと思います。

2. 健康の探求と実践へのスタート ～ 健康研究施設の開設

私は高校、大学と軟式テニスのクラブ活動に邁進していたこともあり、将来スポーツに関した仕事に携わりたいと漠然と考えていました。大学を卒業後、大阪に本社を置くスポーツメーカーに就職し、北海道支店に営業職として配属されました。

社会人として初めての仕事であり、何もかもが新しい経験でした。勤務してから7年が経ち、ある日、仕事が激務だということもありましたが、からだの疲れが休んでもなかなか抜けない状態が続き、母親の勧めがきっかけで民間療法を体験する機会がありました。それは、具体的にはゲルマニウム手足温浴法、健康食品などでした。そしてそれらを実践することで、からだの調子がよくなることを実感したのです。その実体験から、やがて「人の健康とは？」について追及してみたいと思うようになりました。

その後、会社を退職し、知人の協力を得て1984年10月に健康研究施設を開設し、スタートすることになりました。

3. 「人が健康に生きるためには？」について考える

健康研究施設といえば聞こえはいいですが、実際は大層な設備もなく、20坪程の部屋を借りて、そこに健康食品の健康相談室、ゲルマニウムの温浴室、整体室を設置しただけのものでした。

しかし、今思えば、この期間こそさまざまな健康法を自身で調べ、自分で試し、学ぶことで自身の健康哲学を構築する大事な時期となったのだと思います。そしてこの頃から「人の健康のために必要なこととは何か？」ということを考え始めました。

その参考にしたのは世界保健機構（WHO）が提唱した健康についての定義でした。1946年7月22日にニューヨークで61か国の代表により署名され、1948年4月7日より効力が発生したWHO憲章としてでは以下のように定義されています。

「健康とは、肉体的、精神的及び社会的に完全

に良好な状態であり、単に疾病又は病弱の存在しないことではない。」“Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.”

「健康」といえば、まずは身体的なものを思い浮かべることが多いのではないのでしょうか。しかし、ただ表面上病気でなければいいというものではないのです。肉体的にも、精神的にも、更には社会的に見ても、全てが良好な状態であれば健康とは言わない、ということなのです。WHO憲章ではこんなことも謳われています。「到達する最高基準の健康を享有することは、人種、宗教、政治的信念又は経済的若しくは社会的条件の差別なしに万人の有する基本的権利の一つである。」「全ての人民の健康は、平和と安全を達成する基礎であり、個人と国家の完全な協力を依存する。」「ある国が健康の増進と保護を達成することは、全ての国に対して価値を有する。」つまり、健康が個人にとって、また国家にとっても極めて大切なものだということです。

その後、私の頭の中で以下の5項目が浮かんできました。

- ・「食（栄養）」食べること
- ・「呼吸」息をすること
- ・「運動」動くこと
- ・「睡眠（回復）」眠ること
- ・「こころとからだ」のつながり

それぞれの項目を改めてみれば、人が健康に生活する上では当たり前のことばかりです。しかしながら、以前のわたしもそうでしたが、それらは当たり前すぎて日々意識している人はほとんどいないという事にも気がつきました。そこで、それらのテーマをひとつずつ探求することにしたのです。

4. 食と健康に関して 2冊の本との出会い

まず、私は「食」の分野からスタートすることにしました。そして2冊の本に会いました。1冊目は「今の食生活では早死にする」（今村光一著）です。本書は医療ジャーナリストである今村光一氏による、アメリカの食と病気の間接関係をまとめたマクバガンレポートの内容を平易に紹介したものでした。マクバガンレポートとは、アメリカ上院栄養問題特別委員会が世界から学者を集めて1960年代のアメリカ国民一人当たりの医療費は世界一で、平均寿命は世界26位で、このままではアメリカの経済は破綻するとして食事と健康を調査し、5,000頁に及ぶ膨大な調査結果（マクガバン報告）で、その報告は1977年に発表されました。この本は、その内容を紹介したものです。私はこの本を読んでから、このマクバガンレポートの原文を読みたく思い、米国領事館へ問い合わせたところ、何と領事館にその情報がマイクロフィルムで保存されており、その資料をコピーや閲覧することが可能でした。私は早速、領事館に通い関連する資料をコピーし、閲覧させていただいたことは懐かしい思い出の一つです。有名なレポートなのでご存知の方も多いかと思いますが、せっかくの機会なので、これらの内容を簡単に紹介させていただきます。このレポートでは、「がんや心臓病などの増加は食生活の誤り」ということを発表して、肉、卵、乳製品、砂糖などの摂取を控え、穀物中心の食事にすることを提案していました。最初は肉、卵、乳製品、砂糖をほとんど摂るなど発表しましたが、国家権力だと業者から猛攻撃を受けたので第2版ではできるだけ食べないようにと訂正したということです。また、このマクガバンレポートは日本食を高く評価しています。

2冊目は「メガビタミン健康法」（三石 巖著）です。生体の代謝における弱点、個体差という考え方を、物理学者である三石巖氏が物理学の視点で解説した本でした。三石巖氏自身もサプリメントの摂取を実践しながら90歳で亡くなるまで元気にスキーを楽しんでいたエピソードも後に彼の教

え子に聞かされました。この本との出会いをきっかけに、三石氏が提唱する分子栄養学を知り、後に三石氏の全業績を入手し、分子栄養学を学び始めました。また、彼の著書の読書勉強会に関心のある方たちと定期的に始めたりもしました。そして、その考えを参考にしながら自分自身も積極的に色々なサプリメントを試したところ、自身の身体で体感することが多々ありました。それからまもなく自身で調査し、試したいいくつかのサプリメントを集め、健康施設に来られた人達に紹介し、試してもらうことにしました。そうすると、試してもらった人たちから「身体の疲れが取れた」「かぜを引きづらくなった」「寝覚めが良くなった」等様々な言葉を聞かれました。

以上の2冊の本から食事の質の問題や、それを補完する健康食品、栄養補助食品が人の健康面に対して有用性があることを知ることとなりました。

5. アミノアップへの勤務を通して学んだこと

(1) 知名度がない製品が売れるまで

研究施設を5年ほど継続した後閉所し、その後1年ほど保険会社に勤務した時に(株)アミノアップ化学(2018年10月に(株)アミノアップに社名変更)の創業者である小砂憲一氏(当時、代表取締役社長、現代表取締役会長)との縁があり、1991年から同社に勤務することになり、現在に至っています。

今から30年前の健康食品業界は、まだまだ黎明期であり、社会的地位も確立されていない状況でした。そして、私が入ったところのアミノアップ化学は、現在の主力製品であるAHCCの初期の製品「イムノゴールド」が発売されて間もないころで、その製品の売上はまだほとんどなく、当時の売上げの主流は会社名と同じ「アミノアップ」という名称の農業資材で、担子菌というキノコの菌を培養して得られる植物ホルモン様の物質を活用した植物生育調整剤でした。しかし、この農業資材だけの売上げでは会社の経営は苦しいときでし

た。農家は農作物を収穫して売上げが立つまで現金収入がなく、春先に売上げた農業資材の代金が秋にならないと支払われないため、会社としての資金繰りが厳しく、農業資材だけでの会社経営は厳しかったことから、健康食品の開発に乗り出すことにしたのです。当時のアミノアップ化学では、北海道の農業試験場を退職した研究者などに研究をしてもらっていて、年配の研究者が農業資材の研究で得られたキノコの菌糸体の培養液を服用したところ、持病の肝臓の検査数値が改善し、そのことをきっかけに健康食品開発に着手し、その成果としての健康食品第1号がキノコ菌糸体を培養して得た物質「AHCCイムノゴールド」、そして2号目はシソの葉からの抽出物を利用した製品「シソの葉エキスアミン」を製品化しました。私はこれらを販売するために薬局、治療院など可能性があるようなところへ製品の紹介に奔走しましたが、何せ製品はもちろんのこと会社も業界では知名度もないこともあり、製品を扱ってくれるところはほとんどなく、稀に義理で薬局のカウンターにおいてもらっても消費者は見向きもしない状況でした。

それからは、どうしたら多くの人にこれを知ってもらい、使ってもらえるのかを悩む毎日でした。ある時、無名の製品を何とか多くの人に少しでも知ってもらうには、情報としてマスコミやメディアに取り上げてもらうのがよいのではないかということに気がつきました。それは、以前私が健康施設を運営していたときに何度かテレビで紹介され、反響を得た経験があったことを思い出したからです。それからまもなく、マスコミやメディアに対して弊社の製品の情報を伝えてゆく活動を行いました(この対応内容の詳細について今回は省きますが)。その結果、多くのテレビ、新聞、雑誌、単行本等に製品の情報が紹介されることとなり、そのおかげで製品は爆発的な売れ行きを示したのです。これは、今では当たり前に使われているPR(パブリックリレーション)と呼ばれている方法の先駆けかもしれません。この時に

AHCCやシソの葉エキスの研究成果をマスメディアで紹介くださった山崎正利先生（当時 帝京大学薬学部教授、現名誉教授）との出会いは大きな出来事でした。山崎先生は「食理学」という考え方を提唱された先生で、従来の「栄養学」と「薬理学」の間を埋めるものとして提唱されたものです。山崎先生は、今では当たり前知られるようになった食品機能における研究の礎を築かれた一人と言っても過言ではありません。こうした活動の結果、弊社の経営は軌道に乗り始めました。それから現在に至るまで、一時の売れ行きに踊らされることなく、健康食品の研究活動はもちろんのこと、「健康食品」の社会的認知を目指してゆくための活動に邁進しています。これは創業者である小砂氏（現会長）の思想とそれを受け継ぐ社員の気持ちが一体になっているからこそだと思います。

(2) 弊社製品開発の特徴

次に、弊社の特徴を紹介させていただきたいと思います。弊社は新規な機能性食品素材の研究開発が主体であり、そのために世界中から多くの情報を集め、新規製品の開発を行います。新規製品となるためには「新規性」「安全性」「機能性」「特許性」「品質性」「生産性」「市場性」が条件となります。新規物質の探索研究から始まり、その製品の安全性、品質、エビデンス（科学的根拠）を担保し、それを安定供給できるような製造体制を確立すること、そして完成した製品の機能性を人々にどのように伝えて行くことができるかなど、さまざまな課題とぶつかりながら進んできました。私もその渦中で多くの実践経験を積んできました。私は営業、広報の仕事をする中で、学術・研究メンバーと国内、海外の共同研究先の大学研究機関、医療現場に出向く機会もあり、研究者や医療現場の方々からも多くのことを学んできました。会社としては自分たちの製品を多くの方々に使用してもらうことはもちろんですが、それと同じくらいに大切なことは健康食品を社会認知させ

てゆくための活動を行うことが大事であるということに気づいていました。

(3) 健康食品の研究に向けて世界的ネットワークの構築

AHCC研究会の設立から統合医療機能性食品国際学会（ICNIM）への飛躍

AHCCを研究している研究者の方々が少しずつ増えてきた時、その研究者の方々から、研究者達の情報交換ができる場があればとの要望があり、それをかなえるための行動に移りました。会の立ち上げにあたり細川眞澄男先生（北海道大学医学部教授。現名誉教授）や前述の山崎正利先生を中心に4人の研究者や医師の方々に発起人となっていただきました。

そして、AHCCの研究成果の情報共有を目的とした「AHCC研究会」が1994年に発足されました。第1回のAHCC研究会は20名程の研究者や医師の小規模な集まりでスタートしました。それから毎年1回札幌で研究報告会（最初の2年は年2回）が開催されました。会を重ねるうちに、その内容は充実し、会の存在は国内のみならず海外の研究者たちにも関心と呼ぶこととなり、あれから24年を経た今では経済産業省、北海道、札幌市等の後援をいただき、名称も「統合医療機能性食品国際学会」（通称ICNIM）となり健康食品の研究発表も弊社素材のみならず、広く全国から様々な素材の研究報告がされるようにまでなりました。2018年7月に開催された学会では420名、20ヶ国以上の参加者が参加する大規模なものとなっています。おそらく、世界的に見ても機能性食品の学会として歴史的、規模的に見て、希有な学会であるかと思います。

(4) 大阪大学に統合医療学寄附講座の開設

また、米国ではすでに統合医療が積極的に研究されている中で、国内でもようやく統合医療を本格的に研究して行く機運が生まれてきていました。その中で、大阪大学が統合医療の寄附講座を

立ち上げる計画がありました。いくつかのスポンサー候補の会社の中から最終的に当社に依頼があり、それを受けることになりました。そして、大阪大学に統合医療学寄附講座を当社の寄附講座として2005年から開始し、2019年に終わるまで統合医療の科学的研究を行い、国内の統合医療の研究に大きな影響を与えたことは間違いありません。弊社の健康食品AHCC、Oligonol等の臨床研究も行われていました。

(5) 北海道食品機能性表示制度

さらに、健康食品の社会認知のための活動として、地方における全国で初めての機能性食品の認定制度である北海道食品機能表示制度（通称「ヘルシーDo」）の制定に際しても弊社の創業者であり、一般社団法人北海道バイオ工業会の代表理事会長でもある小砂が尽力しています。この活動はやがて全国に波紋を投げかけてゆくこととなります。

6. 健康食品管理士が未来の真の健康のスペシャリストを目指すなら

私たち「健康食品管理士」は、健康食品が社会に普及してきている中で、健康食品の専門アドバイザーとして人々の健康に寄与するための責務があるかと思っています。「医療」の世界において、近代の西洋医学では急性疾患に対しては問題を解決していますが、身体的、心理的、環境的、さらに社会的な要因が相互に関連するがん、糖尿病、高血圧をはじめとする生活習慣病に対しては、対象療法が主体の近代西洋医学だけでは限界があり、新たな医療体型が求められています。そこで現行の医療に補完代替医療（CAM）を融合させる、今後の医療の方向性を示す一つの医療体系として「統合医療」という考え方が徐々に普及してきています。一方、「健康」の世界に目を向けた場合はどうでしょうか。「栄養」、「運動」、「心理」等に携わる専門家は確かに数多くいるのですが、残念ながら他の分野とつながっていないのが現状で

す。「健康」とは、「栄養」「運動」「心理」等が統合されてこそ存在するのではないかと思います。そのためには、「統合されたコンディショニング」の体系づくりをする方向性が大事であると考えています。自分の専門分野に留まらないで他の分野にも関心を持ち、学び合い、つながり合うことでこそ「人の健康」をアドバイスしてゆくことができるのではないのでしょうか。

私は「人の健康」のために以下の5つの要素を分けてみました。それらが互いに重なり関連仕合いながら人の健康を支えていくことではないかと思っています。

- ・「栄養」
- ・「運動」
- ・「回復（休養、睡眠）」
- ・「こころとからだ」
- ・「社会参加」

これらの各要素のスペシャリストは多く存在します。例えば

「栄養」であれば（栄養士等）

「運動」であれば（理学療法士、スポーツトレーナー、カイロプラクター、身体均整師等）、

「回復（睡眠）」であれば（睡眠指導士等）

「こころとからだ」であれば（公認心理士、臨床心理士、ヨガ指導士等）

「社会参加」であれば（健康生きがいづくりアドバイザー等）

そこで1つ提案ですが、私たち健康食品管理士も健康食品のスペシャリストに留まらず、「栄養」以外の以下の4項目「運動」、「回復」、「こころとからだ」、「社会参加」にも関心を深め、学んでみてはいかがでしょうか。そのことによって私たちの健康に対する知見が広がり、他の専門家たちとのネットワークづくりが可能となるでしょう。そうすることでより健康の本質を人々に伝えること

が可能となるでしょう。

終わりに

これからの時代は、健康に関して5要素のマルチ的感性を持つ健康スペシャリストが必要な時代ではないでしょうか。健康食品管理士がこの考え方を一早く取り入れて行けるならば、私たちは健康社会づくりの大きな担い手になることができると思います。もちろん、そう言う私自身もできるだけ5つの要素の学習を心掛けて行き、実践活動とネットワークづくりを行って参りたいと思います。

最後にこのような執筆の機会をあたえて下さいました一般社団法人日本食品安全協会の関係者の方々に感謝申し上げます。

補足資料：

■株式会社アミノアップ

1984年設立以来、「自然の恵みで世界の人々を笑顔にする」というミッションのもと、科学的に裏付けられた機



能性の高い素材の開発を行なっています。「エコハウス棟」と呼ばれるガラス張りの建物は、太陽光発電、地中熱ヒートポンプ、雪冷房システムなど70項目の環境技術を導入し、CO2排出量50%削減を達成しています。

商号：株式会社アミノアップ

所在地：北海道札幌市清田区真栄363番地32

代表者：代表取締役社長 藤井 創

資本金：3億6900万円

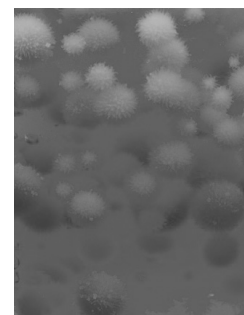
事業内容：

- ・バイオテクノロジー(微生物大型タンク培養法)による植物生育調節物質、担子菌由来培養抽出物の生理活性物質の開発・製造及び販売
- ・天然物由来の生理活性物質の開発・製造及び販売

- ・タンク培養、生理活性物質抽出の技術を用いた試験・製造
- ・天然由来の農業資材、健康食品素材の製造
- ・ISO 9001：2015認証取得
- ・ISO 22000：2005認証取得
- ・健康補助食品GMP認証取得

■AHCC®とは

AHCC®(担子菌培養抽出物)は、キノコの菌糸体を長期間培養して得られた抽出物で、部分アシル化 α -1,4グルカンを含むのが特徴の免疫調整物質です。



1989年の発売以来、世界中の医療機関や大学で基礎・臨床の研究が行われており、これまでに100報以上の論文が報告され、50以上のPubMed検索可能な論文がエビデンス(科学的根拠)として蓄積されています。開発国の日本のみならず、ヨーロッパ、アメリカ、アジア、オセアニアなど世界30以上の国と地域で利用されており、現在では統合医療の一手段としても取り入れられています。AHCC®の製造工程およびマネジメントはISO9001：2015、ISO22000：2005といった品質管理や食品衛生について国際的に標準化されたシステムで運用されています。

■統合医療機能性食品国際会議 (ICNIM)

(International Congress on Nutrition and Integrative Medicine)

この国際会議は、AHCCを中心とした統合医療に関わる機能性食品のエビデンスを追求するための国際的な学術集会です。毎年世界各国の研究者による研究発表が行われています。今年(2019年)は第1回開催(1995年)から数えて27回目を向かえ、経済産業省北海道経済産業局、北海道、札幌市、一般社団法人北海道健康医療フロンティア、一般社団法人日本未病システム学会、一般社団法人日本統合医療学会、株式会社アミノアップの後援のもと、

大規模な国際会議として成長しました。

■北海道食品機能性表示制度 愛称：

ヘルシーDo

健康食品等に含まれている機能性成分に関して「健康でいられる体づくりに関する科学的な研究」が行われている事実を、北海道が



認定する制度。2013年4月に全国初の制度としてスタート。食品の高付加価値化による道の食関連産業の振興や、保健機能表示を求める消費者ニーズに対する情報提供を目的としています。認定された製品には認定マークが表示されています。これまでに106品目（2019年6月現在）の製品が発売されています。