

【9 月例会報告】

日時：2016 年 9 月 1 日（木）18:00～20:00

場所：近畿本部 会議室

講演：「食と健康-コレステロール低下作用を有する野菜・果物混合飲料（トクホ）の開発」
サンスター（株）ヘルス&ビューティーカンパニー 水道 裕久 氏（農業部門）

1. 日本人の食生活の変化と生活習慣病の現状

食生活の欧米化、不適切な食生活、運動不足、喫煙習慣などから起こる生活習慣病は、ライフスタイルの変化や高齢化に伴い、有病者と予備群が増加している。生活習慣病の発症要因には、外部環境要因（病原体・有害物質・事故・ストレスなど）、遺伝要因（遺伝子異常・加齢など）、生活習慣要因（食事・運動・喫煙・飲酒・休養など）があるが、食事と運動が非常に大きな要因である。メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）は、過剰エネルギーの内臓脂肪組織への蓄積（内臓肥満）の結果として、糖代謝異常、脂質代謝異常、高血圧を複数合併する病態であり、動脈硬化の重要なリスクとなっている。

2. サンスターが取り組んでいる生活習慣病対策 ―サンスター健康道場について―

1932 年のグループ創業以来、『常に人々の健康の増進と生活文化の向上に奉仕する』という社是の下、「人々の健康で幸せな暮らしづくり」を実践してきた。健康関連事業に携わる社員がまず健康であるべきとの考えの下、福利厚生施設として 1985 年に「サンスター心身健康道場」を開設した。目的は人間が本来持っている「健康力（健康になろうとする力）」を高めることである。「食事」・「運動・整体」・「精神の休養」の 3 つの健康カリキュラムがある。食事は、「玄米菜食」（動物性のものは一切摂らず、旬の野菜と大豆）・「まるごと自然食」（野菜や果物の青汁）・「少食」（1 日約 1,200kcal）が基本。「健康道場シリーズ」食品が主に通販で販売され、人気商品である。

3. 特定保健用食品（トクホ）について

食品には、生命維持のための一次機能（栄養）、食事を楽しむ二次機能（味覚）、体調調整・生体防御・疾病予防など健康を維持する三次機能（体調調整）がある。特定保健用食品（トクホ）は、三次機能に着目し、不適切な生活習慣に伴う健康リスクを低減するよう工夫された食品で、健康に対してどのような機能をもっているかを示す「保健の用途」を具体的に表示することを、消費者庁が許可した食品である。トクホの表示許可・承認品目数は増えており、市場規模は整腸関連が半数を占める。健康増進法の特別用途食品、食品表示法の保健機能食品に該当する。トクホができるまで平均 3.4 年の審査期間がある。

4. ブロッコリー・キャベツを配合した特定保健用食品「緑でサラナ」の開発

「緑でサラナ」は 8 種類の野菜とリンゴ・レモン果汁からなる野菜果物混合飲料で、血中

コレステロール（特に LDL コレステロール）を低下させる働きがある。青汁市場の成長と健康道場での青汁活用を背景に、1995 年に「おいしい青汁」として発売された。臨床で抗コレステロール作用が分かり、97 年トクホ申請の検討を開始した。ブロッコリーとキャベツが有効と分かり、関与成分（トクホに含まれる「健康を保持する効果」を発現し、体の調子を整える働きがある成分）として、SMCS（S-メチルシステインスルホキシド）（主にアブラナ科植物に含まれる含硫アミノ酸）が分かった。SMCS は肝臓中のコレステロールを胆汁酸に変換する酵素を活性化し、胆汁酸の糞便中への排泄を促進することで血中コレステロールを下げる。05 年許可取得、08 年名称変更し再許可取得。