

日本未病 システム学会 学術総会 19th

プログラム・抄録集

テーマ

地域コミュニティと
未病

会長: 森本 茂人
(金沢医科大学)

Japan Mibyou System Association



2012^年 平成24年

10/27^土 28^日

会場

金沢勤労者プラザ

石川県金沢市北安江3-2-20

TEL.076-221-7771

◎JR金沢駅西口より徒歩10分

「Natural Enzyme」飲用効果についての検討

2012年10月27日・28日開催

第19回 日本未病システム学会学術総会 抄録集より

【目的】

我が国は健康を維持増進するために健康食品の利用者の増加がみられる。『Natural Enzyme』も健康食品の1つで、74種類の天然素材を使用した、健康と美容のための健康飲料である。第一段階として、健康者が飲用することでどのような効果が期待されるのか、2か月間の飲用し飲用前後の身体の状態の変化を確認することを目的とした。

【方法】

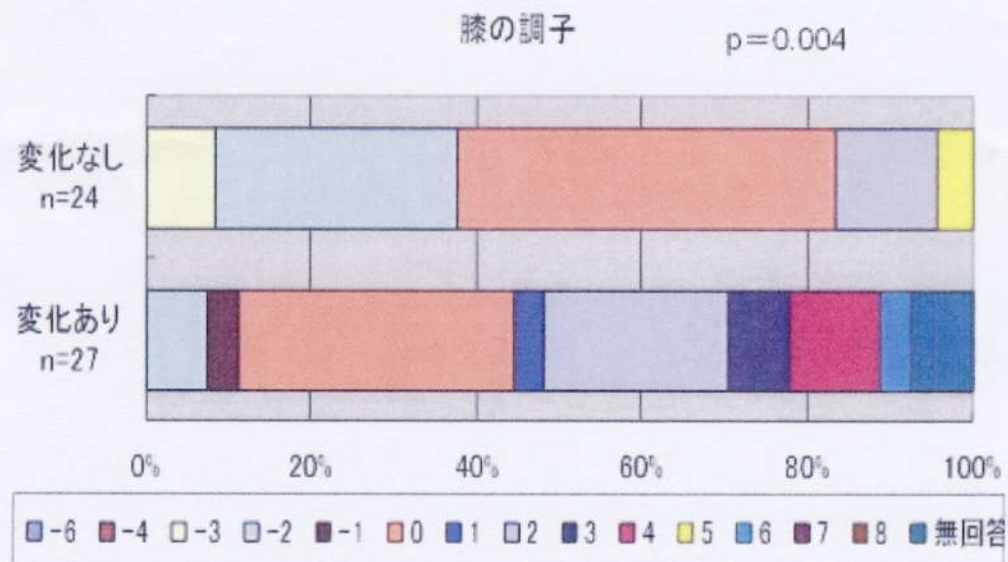
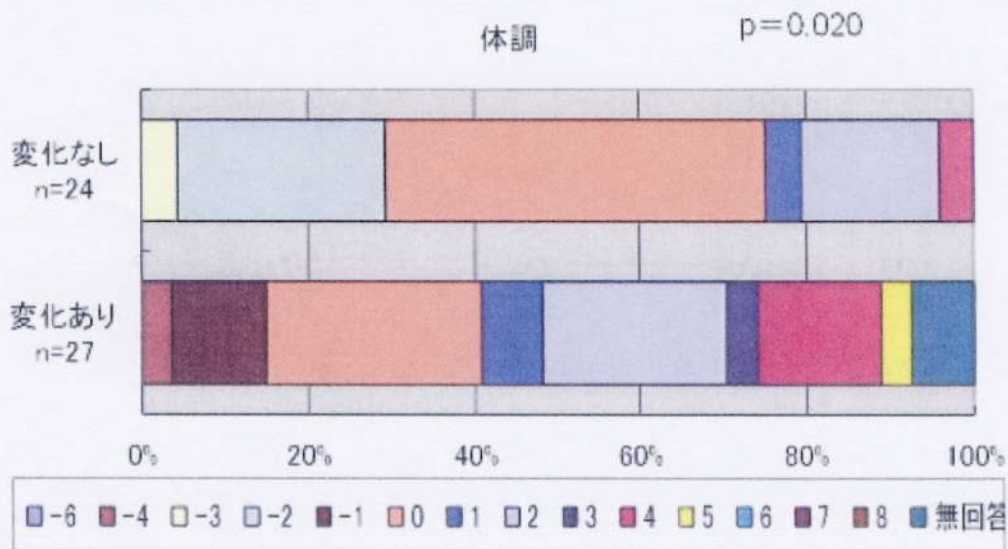
関西圏に在住し『Natural Enzyme』をまだ飲用したことがない人を対象にモニターを募集し、参加を承諾した60名に対し、飲用前後に自記式の質問紙調査を実施した。2回の調査に回答した55名を有効回答者とした。調査期間は平成24年1月～2月で、1日1回30mlを飲用してもらった。調査紙の項目は、基本属性と治療状況、健康食品の利用、身体の状態13項目である。身体の状態については9(とてもよい)から1(よくない)の段階で自己評価してもらい点数化した。

【結果】

対象者は男性18名(32.7%)、女性37名(67%)で平均年齢は56.7±15.6歳であった。1回目の身体状態をみると、「疲れやすい」と回答した者が29名、52.7%と他に比べて多く見られた。2回目の状態をみると「よくない」と答えた人は、多くの項目について減少していた。

身体状態の飲用前後の変化をみたところ、点数が上がった変数は、「疲れ」、「髪の毛のコシ」、「風邪」、「冷え性」の順であった。ウィルコクソンの符号順位検定をおこなった結果「疲れ」、「髪の毛のコシ」($p < 0.01$)、「睡眠」、「風邪」「冷え性」($p < 0.05$)に1回目と2回目で有意な変化がみられた。基本属性、治療の有無、健康食品の利用の有無と身体の状態の変化についてスピアマンの順位相関を求めたが、ほとんどに相関は見られなかった。

飲用後変化があったと答えた人(n=27)と変化がなかったと答えた人(n=24)の身体状況の変化についてみたところ、有意に点数があがった変数は「体調」(p=0.020)、「膝の調子」(p=0.004)、「腰の調子」(p=0.008)、「冷え性」(p=0.019)であった。



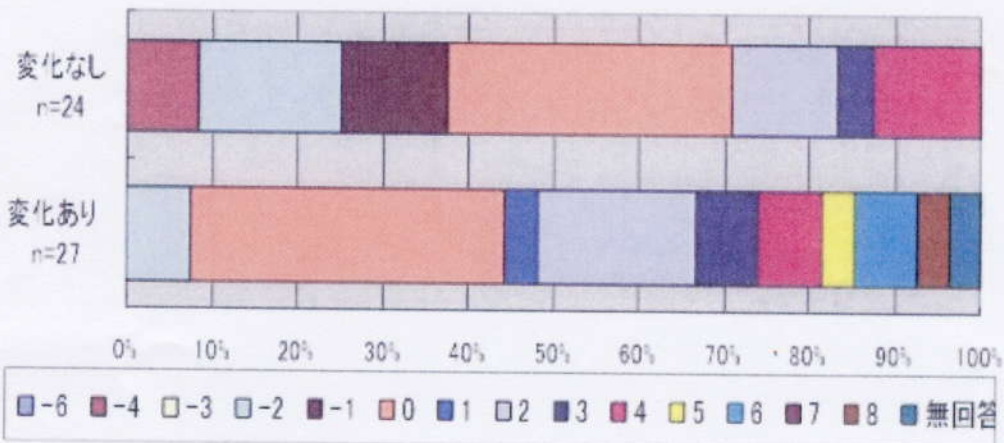
腰の調子

p=0.008



冷え性

p=0.019



考察】

変化があったと感じた人の主訴は、体調や腰、膝の調子、冷え性などであった。全対象者では、「睡眠」「疲れ」「風邪引き」「冷え性」がプラスへ有意に変化し、全体では「疲れ」が他よりも大きな変化がみられた。このことから『Natural Enzyme』を飲むことで、疲れ等の改善がみられると示唆された。今回の調査は飲用者の主訴に関する検討であったため、今後の課題として、客観的な評価や、Natural Enzyme の機序、成分の有効性などについて検証をし、調査期間や時期、評価などについても更に検討を進め、食生活との関係等を検証していきたい。

植物エキス発酵液(ナチュラルエンザイム)とケフィアに使用している植物原料 **合計74種**

ダイコン	チンゲンサイ	ナス	プリンスメロン	ナシ	トウモロコシ
ニンジン	ミズナ	ショウガ	パイナップル	カキ	紫イモ
カブ	マビキナ	大豆モヤシ	スイカ	スダチ	クマ笹
キュウリ	ターサイ	モロヘイヤ	キウイ	カボス	桑の葉
トマト	パセリ	クウシンサイ	ミカン	シメジ	
ピーマン	セロリ	ミツバ	オレンジ	エノキダケ	
オクラ	フキ	サニーレタス	イチジク	シイタケ	
カイワレ	アスパラ	サンチュ	ハッサク	マイタケ	
ニラ	ブロッコリー	サラダナ	ポンカン	ヒジキ	
キャベツ	カリフラワー	コマツナ	ユズ	コンブ	
ハクサイ	ネギ	シロナ	キンカン	カボチャ	
レタス	セリ	トウモヨウ	イチゴ	明日葉	
キクナ	トウガン	シシトウ	リンゴ	黒大豆	
モヤシ	芽キャベツ	パプリカ	ブドウ	ハト麦	

備考

植物エキス発酵液の植物原料					ケフィアの植物原料
ダイコン	チンゲンサイ	ナス	プリンスメロン	ナシ	ニンジン
ニンジン	ミズナ	ショウガ	パイナップル	カキ	大豆もやし
カブ	マビキナ	大豆モヤシ	スイカ	スダチ	カボチャ
キュウリ	ターサイ	モロヘイヤ	キウイ	カボス	モロヘイヤ
トマト	パセリ	クウシンサイ	ミカン	シメジ	明日葉
ピーマン	セロリ	ミツバ	オレンジ	エノキダケ	ミカン
オクラ	フキ	サニーレタス	イチジク	シイタケ	黒大豆
カイワレ	アスパラ	サンチュ	ハッサク	マイタケ	ハト麦
ニラ	ブロッコリー	サラダナ	ポンカン	ヒジキ	トウモロコシ
キャベツ	カリフラワー	コマツナ	ユズ	コンブ	シイタケ
ハクサイ	ネギ	シロナ	キンカン		昆布
レタス	セリ	トウモヨウ	イチゴ		紫イモ
キクナ	トウガン	シシトウ	リンゴ		クマザサ
モヤシ	芽キャベツ	パプリカ	ブドウ		桑の葉