

【調査レポート】“子どもの腸内フローラ大調査”2回目調査結果発表 初回調査と比較して腸内の善玉菌が増加

～特産品“もち麦”の発酵性食物繊維で腸内環境の健康維持を目指し、マルヤナギと医薬基盤・健康・栄養研究所が実施～



蒸し豆・煮豆・佃煮メーカーの株式会社マルヤナギ小倉屋（神戸市東灘区：代表取締役社長 柳本勇治）と国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所（大阪府茨木市：理事長 中村 祐輔）は、兵庫県加東市産もち麦による地域活性化や市民の健康増進を目的とする「加東市もち麦活用協議会」の推進事業の一環として、2023年4月より、加東市に住む3～13歳の子どもの家族を対象とした腸内フローラの観察研究を実施しています。

2024年4月に2回目となる被験者の腸内細菌叢検査と生活習慣に関する調査、新たに「短鎖脂肪酸」量の測定を実施しました。その結果、日本人の肥満を改善する候補菌として注目されている“ブラウティア菌”を6%以上保持している人の割合が増えたことや、「酪酸」を作る代表的な腸内細菌“フィーカリバクテリウム菌”の平均値が向上していることが分かりました。

加東市の特産品「もち麦」にも含まれる「発酵性食物繊維」をはじめとした地域食材の健康価値を啓蒙し、地域住民が自ら意識的に摂取することで、地域全体の腸内環境を整え、健康維持・増進に寄与することを目指し、マルヤナギと医薬基盤・健康・栄養研究所は、今後も加東市民の腸内環境の観察研究を続けてまいります。

「腸内フローラ大調査」第2回結果(2024年4月実施) 概要

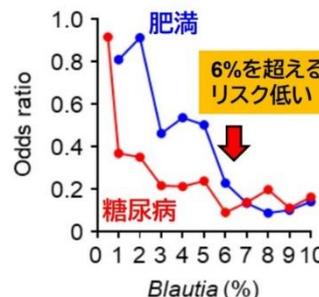
- 実施時期：2024年4月
- 被験者：加東市在住の子ども（3～13歳）53名、そのご家族等67名 総計120名
- 試験方法：腸内細菌叢、短鎖脂肪酸、食事調査（BDHQ）などを調査

・“ブラウティア菌”の6%以上保有者が56.7%と半数越えに

2024年4月に実施した被験者120名の腸内細菌叢調査の結果、“ブラウティア菌”の保有者が56.7%と、2023年4月の調査結果46.6%より高い割合であることが分かりました。

ブラウティア（Blautia）菌は、人を対象にした複数の調査研究から、肥満の人でその割合が少ないことが明らかになっており、肥満などの私たちの体質や健康状態と関わっている可能性があると言われていました。また、ブラウティア菌の保有が6%を超える人は肥満や糖尿病のリスクが低いという調査結果もあります（出典：Hosomi K et al, Nat Commun(2022)）。

ブラウティア菌

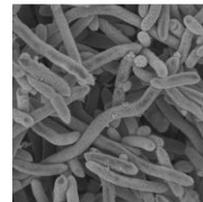


・「酪酸」を作る代表的な腸内細菌“フィーカリバクテリウム菌”の平均値が向上

2024年4月に実施した被験者120名の腸内細菌叢調査の結果、“フィーカリバクテリウム菌”の平均値が8.35%と、2023年4月の調査結果7.08%より高い割合であることが分かりました。

フィーカリバクテリウム菌とは、日本人に2番目に多い腸内細菌です(NIBIOHN調べ)。近年、腸のエネルギーとなり、さらに腸管を守る働きをすることで、健康によい働きをされている短鎖脂肪酸「酪酸(らくさん)」を作る菌として、次世代のプロバイオティクスとしても注目されています。

代表的な酪酸菌
フィーカリバクテリウム



(参考)「腸内フローラ大調査」第1回結果(2023年4月実施) 概要

・兵庫県加東市の子どもは“ブラウティア菌”が全国平均より多いことが判明

2023年4月に実施した被験者148名の腸内細菌叢調査の結果、加東市の子ども67名は“ブラウティア菌”の割合が平均7.20%と、全国平均5.77%より高い割合であることが分かりました。(全国平均：NIBIOHN調べ)
また、大人81名の“ブラウティア菌”の割合は平均5.44%と、全国平均とほぼ同割合であることが分かりました。

・加東市民の食生活は脂質過多・食物繊維不足傾向

2023年4月に実施した被験者の食事調査の結果は以下の通りです。

(目標値：日本人の食事摂取基準2020年版より該当年齢の目標値をもとに算出)

- ・たんぱく質：目標値内の割合は76%で、その他は不足傾向
- ・脂質：目標値内の割合は39%で、その他は過多傾向
- ・炭水化物：目標値内の割合は64%で、その他は若干不足傾向が多い
- ・食物繊維：目標値を満たす割合は24%で、その他は不足

【マルヤナギもち麦スペシャルサイト】 <https://www.maruyanagi.co.jp/mochimugi/>

株式会社マルヤナギ小倉屋について

「伝統食材の素晴らしさを次の世代へ」をメインテーマに、長年取り扱ってきた昆布、豆、もち麦などの穀類、野菜などの伝統食材が持っている健康価値やおいしさを生かした新しい食の提案に取り組み、次の世代にしっかりと伝えてゆきたいと考えています。



【会社概要】

社名：株式会社マルヤナギ小倉屋

本社所在地：神戸市東灘区御影塚町4丁目9番21号

代表取締役社長：柳本 勇治

事業内容：蒸し豆・佃煮・煮豆の製造・販売

創業：1951年12月26日

HP：<https://www.maruyanagi.co.jp/>