

エフアイNEWS < シリーズトコトン82 >

原料特集

乳酸菌

株式会社富士経済が昨年発表した「乳酸菌・ビフィズス菌を配合した食品や飲料の市場動向」で、2018年の乳酸菌・ビフィズス菌含有食品市場は前年比1.8%増の7,930億円となっています。健康志向の消費者需要や新商品の発売も相次ぎ、市場は拡大傾向となっています。

<エフアイ注目素材>



お米由来の乳酸菌

植物性乳酸菌K-1

- ・乳酸菌1gあたり1兆個含有
- ・死菌
- ・機能性表示対応素材
- ・摂取目安50~100mg/日

植物性乳酸菌K-1 (Lactobacillus casei subsp. casei 327) は、東京農業大学との共同研究により開発された新規乳酸菌で、お米から分離した複数の乳酸菌のなかから厳選し加熱殺菌処理した乳酸菌原料です。植物性素材のためアレルギー物質の特定原料は不使用で、原料1gあたり1兆個の乳酸菌数で規格化しているのが特長です。

<機能性表示食品受理状況> 2/26時点

肌のうるおい【3件】

植物性乳酸菌K-1 (L.casei 327) には、肌の潤いを維持する機能があることが報告されています。

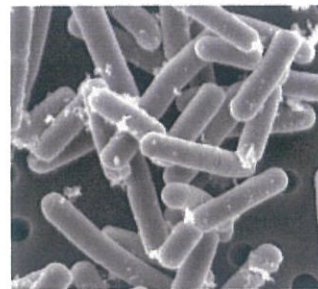
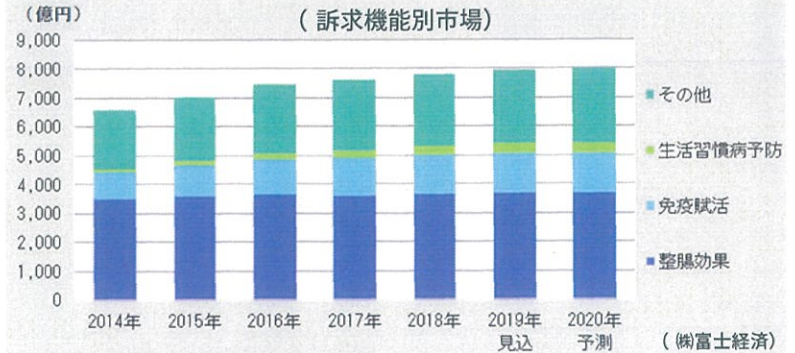
お腹の調子を整える【1件】

植物性乳酸菌K-1 (L.casei 327) には、お通じを改善する機能があることが報告されています。



ヨーグルスタンドK-1乳酸菌
(日本コカ・コーラ㈱)

今だからこそ高めたい免疫力をサポート！



お口の乳酸菌

クリスパタス菌KT-1

- ・乳酸菌1gあたり4,000億個含有
- ・死菌
- ・機能性表示対応素材
- ・摂取目安10~250mg/日

クリスパタス菌KT-11 (Lactobacillus crispatus KT-11) は、乳幼児の腸内から発見された機能性乳酸菌。IgG やラクトフェリンに並ぶ、赤ちゃんが母親からもらう免疫成分の1つです。KT-11は、加齢とともに減少するクリスパタス菌を補える唯一の素材。大学との共同研究にて、KT-11の摂取によるアレルギー症状の軽減・感染症リスクの低下が確認されています。KT-11はオーラルケア機能も有しており、**プラークの減少や歯茎の腫れや赤みについても有意に減少したことを確認されています。**

<KT-1 目安配合量>

配合量/日	配合目的
10 mg	乳酸菌配合、相乗効果*
30 mg	口腔ケア
50 mg	鼻炎、花粉症、インフルエンザ、風邪、免疫賦活
250 mg	中等症以上のアレルギー、アトピー性皮膚炎

生菌と死菌はそれぞれのメカニズムで私たちのカラダへ働きかけます。

生菌とは「プロバイオティクス」とも呼ばれ、生きた乳酸菌のこと。死菌とは「バイオジェニクス」とも呼ばれ、死滅した乳酸菌のこと。どちらもそれぞれメリットがあります！

体外から摂取した乳酸菌は、生菌であっても残念ながら私たちの腸に定着することなく、一定期間腸内に滞在した後、便として体外へ排出されていきます。そのため、生菌・死菌にこだわらず、自分のライフスタイルに合わせて、摂りやすいカタチで毎日継続して摂取し、腸内環境を常にいい状態に保つことが大切です。

生菌

熱や胃酸に弱いので、生きたまま腸に届くのは難しいという特徴があります。ただ、胃酸で分解されてしまっても、善玉菌の餌になることができます。また、生菌でなければ認められない効果もあります。

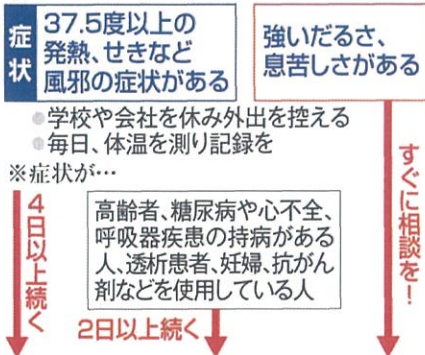
死菌

すでに死んでいる菌なので、熱や胃酸の影響を受けにくいという特徴があります。菌によっては、生きている時よりも効果が高くなる種類もあります。

新型コロナウイルス対策と受診目安について

国内での新型コロナウイルスの感染拡大が懸念される中、先日開催された内閣の新型コロナウイルス感染症専門家会議で議論された「新型コロナウイルス感染症についての相談・受診の目安」が、2月17日に厚生労働省より発表されました。主な目的は、国民の新型コロナウイルスへの不安の鎮静化と検査や診療による医療機関への過度な集中を防ぐためのものとなっています。具体的な相談・受診の目安として、「風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続く」「強いだるさや息苦しさがある」、また「高齢者や基礎疾患（糖尿病、心不全など）があり、前記の2つの症状が2日程度続く」という人は、各都道府県に設置されている帰国者・接触者センターへの相談を要請しています。

新型コロナウイルスの相談・受診の目安



都道府県の帰国者・接触者相談センターに電話

一人ひとりができる対策を。

コロナウイルスに限らず、感染症対策として、一人ひとりの咳エチケットや手洗いなどの実施、または食事バランスの見直しや十分な睡眠をとるなどの健康管理がとても重要です。感染の流行を早期に終息させるためにも、一人ひとりができることをしっかりやっていきましょう。



感染対策のポイント

うつらないため

うつさないため

- 手洗いの徹底
- アルコール消毒の活用
- 人混みを避ける
- せきやくしゃみがある時はマスクをする
- 口と鼻をティッシュなどで覆う
- マスクを着用し、医療機関を受診。渡航歴を伝える

感染を疑われたら…

● マスクを着用し、医療機関を受診。渡航歴を伝える

警視庁災害対策課が考案!

簡易マスクの作り方

- 1 キッチンペーパーを切れ目に沿って破り、幅1.5cmで蛇腹折りにする
- 2 折ったキッチンペーパーの両端に輪ゴムを当てて、ホッチキスで止める
- 3 折ったキッチンペーパーを広げ、両端の輪ゴムを耳にかける。
- 4 人によって顔の大きさが違うので、輪ゴムを止める位置で調整する



画像は警視庁災害対策課災害警備係(大規模災害対策)のツイッターより引用

マスク不足の中、過去に警視庁警備部災害対策課がTwitterに投稿した内容も話題になっています。

富山から中性脂肪値を下げる効果の卵を販売 「機能性表示食品“伊勢の卵”」

みなさんは、普段の食生活で、EPA(エイコサペンタエン酸)とDHA(ドコサヘキサエン酸)をどのように摂取していますか? DHAやEPAは『オメガ3系脂肪酸』と呼ばれ、健康な生活を維持するのに欠かせない成分です。いずれも体内ではほとんど作ることができない必須脂肪酸のため、毎日の食事から摂取する必要があります。マグロやカツオなどの青魚に多く含まれていますが、現代の食生活では魚離れが進み、十分な量を摂取できていない方が多いのが現状です。そんな中、富山のイセ食品株式会社が、卵でありながらもDHA・EPAを関与成分とした機能性表示食品『伊勢の卵』を上市し話題となっています。こだわりの魚粉や魚油を絶妙な加減で飼料に加えることで、DHA、EPAを一般的な卵より豊富に含むことを可能にしています。本商品には、卵の1日当たりの摂取目安量(2個、可食部約98g)中、EPAが39mg、DHAが352mg含まれており、中性脂肪値を下げる機能が期待



できます。「毎日の食事で無理なく健康を維持したい」「最近、中性脂肪が気になる」方は、ぜひ普段の生活に取り入れてみてはいかがでしょうか。

漢方・伝承民間薬や植物への原点回帰 「スーパーフード／トレンド予測」

昨年末、一般社団法人日本スーパーフード協会が「2020年上半期トレンド予測 スーパーフードランキングTOP10」を発表しました。若い女性を中心に取り入れられていたスーパーフードですが、少量で栄養価の高いスーパーフルーツは、介護分野でも注目を集めており、益々拡大が見込まれている注目の市場です。



1位 [青パパイア]

- 1位 「青パパイア」 酵素の王様
- 2位 「菊芋」 天然のインスリン
- 3位 「マルベリー」 アンチエイジングの妙薬
- 4位 「サジー」 テケジョ (鉄欠乏女子) にオススメ!
- 5位 「ノニ」 神々からの贈り物
- 6位 「スーパー藻類」 塩分排出など成人病対策にも
- 7位 「国産スーパーキノコ」 機能性成分に着目したサプリが人気
- 8位 「進化系シード」 廃棄の対象から人気の商品へ
- 9位 「スーパーフラワー」 機能性の高い粉末でグルテンフリーにも
- 10位 「スーパー天然甘味料」 栄養価の高いギルトフリー甘味料



2位 [菊芋] 3位 [マルベリー] 4位 [サジー] 5位 [ノニ]