

2023年8月4日

チチヤス×県立広島大学と“多菌種”ヨーグルトの腸内環境改善作用について研究調査を実施

8月末開催の第70回日本食品科学工学会で発表

未病をテーマにした郵送検査サービスを展開する株式会社ヘルスケアシステムズ（代表取締役社長：瀧本陽介、以下当社）は、チチヤス株式会社（代表取締役社長：大井太郎、以下 チチヤス）と県立広島大学（学長：森永力）と3者共同で多菌種のヨーグルトの腸内環境改善作用と食生活の関連について調査しました。なお、この成果は、8月24日～26日かけて京都で開催される第70回日本食品科学工学会にて発表します。

■ 調査の概要

〔背景と目的〕

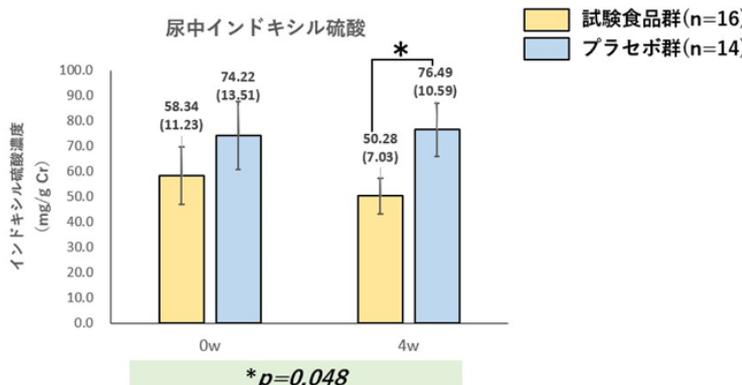
近年、特定の乳酸菌の健康効果を検証したヨーグルトが多数登場し、特定の乳酸菌（単一菌）の研究がなされ、ひとり一人の腸内環境に合ったヨーグルトによる腸内環境改善が注目されています。一方で、複数の菌を含む多菌種のヨーグルトによる研究は多くありません。ヘルスケアシステムズは、チチヤスと県立広島大学と共同で、多菌種のヨーグルトの腸内環境改善作用を明らかにすることで、腸内環境に合うヨーグルト選びの選択肢を広げ、もっと気軽に腸内環境改善に取り組んでもらいたいと調査を始めました。

〔試験内容〕

健康な成人男女60名（18歳以上65歳未満）を対象として、チチヤスの多菌種ヨーグルトと、対照として2種の菌のヨーグルトを4週間毎日、1日70gを摂取。摂取前後で、①腸内環境検査（腸内細菌由来の腐敗物質＝尿中インドキシル硫酸量）と②排便状況と③VASアンケート（便通、肌の調子など）を調べました。

〔結果〕

- 多菌種ヨーグルトの摂取により、**便のにおいや、身体的疲労感を軽減**させる可能性が示唆された。
- 多菌種ヨーグルトの摂取により、腸内環境が乱れている方、特に女性においては腸内の腐敗物質（インドキシル硫酸量）の産生を減少させ、**腸内環境の改善**に働く可能性が示唆された【下図】。



【図1】腸内の腐敗物質（インドキシル硫酸）の産生比較
：女性において、摂取後、対照群と比較して有意に低下

【ご取材のご連絡およびお問合せ】 株式会社ヘルスケアシステムズ

〒466-0058 愛知県名古屋市中区昭和区白金1丁目14-18 電話：03-6809-2722

広報担当：高実子（たかじつこ）実奈子 携帯：090-3131-9936 HP：<https://hc-sys.jp>

2023年8月4日

■県立広島大学 飯田 忠行先生のコメント

ヨーグルトとは、国際食品規格で「あらゆる乳酸桿菌属と乳酸球菌のサーモフィラス菌」により発酵したものとされ、欧米では必ずブルガリア菌（桿菌の一種）とサーモフィラス菌で乳を発酵したものと定められています。近年、特定の菌（単一菌）による様々な研究がなされ、健康効果が示されています。健康効果が示されている複数の菌を合わせて摂ることにより、健康維持・増進に役立つことが期待されます。

【ご取材のご連絡およびお問合せ】 **株式会社ヘルスケアシステムズ**

〒466-0058 愛知県名古屋市昭和区白金1丁目14-18 電話：03-6809-2722

広報担当：高実子（たかじつこ）実奈子 携帯：090-3131-9936 HP：<https://hc-sys.jp>