

P-A-1

黒酢含有食品のエネルギー代謝改善効果

Improvement effect of food contained Kurozu on energy metabolism

○濱舘 直史¹⁾, 瀬戸 加代子¹⁾, 矢澤 一良²⁾

1) 株式会社えがお 研究開発部,

2) 東京海洋大学「食の安全と機能（ヘルスフード科学）に関する研究」プロジェクト

We investigated the effects of foodstuff contained Kurozu on exercise energy expenditure. Forty-four slightly obese subjects were assigned randomly to 2 groups (active group and placebo group). Foodstuff contained Kurozu or the placebo was administrated to the subjects for 12 weeks with 10 min exercise a day. Examinations were performed at week 6 and 12. Tendency to decrease of hip surrounding size, decrease of skeletal muscle ratio and exercise energy expenditure were observed. These findings suggest that the foodstuff contained Kurozu have effects on body fat-reducing, suppression of skeletal muscle attenuation, improvement in energy expenditure. In addition, it was confirmed the safety of foodstuff contained Kurozu.

【目的】

本試験は、黒酢含有食品によるエネルギー代謝改善効果をプラセボコントロール二重盲検臨床試験によって検証することを目的とした。

【方法】

被験者は、軽度肥満の男女 44 名を無作為に、黒酢を含有する食品 (A 群) または黒酢を含有しない食品 (P 群) に割付し、12 週間摂取させると共に毎日 10 分間程度のダンベル運動を付加した。摂取 6 及び 12 週後に、有効性評価のために、腹部 CT スキャンによる脂肪面積測定、呼吸代謝システムによるエネルギー代謝測定、インピーダンス法による骨格筋率測定、身体測定を実施し、安全性評価のために、問診、バイタルサイン測定、血液一般検査、血液生化学検査、尿検査を実施した。

【結果】

群間比較において、ヒップ周囲径の減少傾向、骨格筋率の低下抑制傾向、群内比較において、運動時エネルギー消費量の減少抑制傾向が認められた。腹部脂肪面積においては、群間に有意差は認められなかったが、0 週時の内臓脂肪面積が 100cm² 以上の女性の内臓脂肪面積に有意な減少が認められた。

【結論】

黒酢含有食品の摂取と適度な運動を合わせて継続することで、体脂肪低減、骨格筋減弱抑制、エネルギー代謝改善に有効であることが示唆された。また、黒酢含有食品の安全性について問題は見られず、安全に摂取できる食品であることが確認された。