

2021年6月

## 健康食品としての黒酢の可能性-メタボ対策にどうですか？-

皆様、今年は梅雨入りが早く、3回目の緊急事態宣言が発令中で、何かと不便なこともあるとは思いますが、いかがお過ごしでしょうか。

6月には日本黒酢研究会の第7回研究会が開催を予定されていたのですが、緊急事態宣言の延長をうけ、来場者の健康と安全を考慮し、1年再延期することになりました。

1年も待てないという方のために、今回は黒酢に関する論文をご紹介します。

引用：黒酢含有食品の体脂肪及びエネルギー代謝へおよぼす影響

濱舘直史、瀬戸加代子、矢澤 一良

URL : [https://www.jstage.jst.go.jp/article/jcam/11/1/11\\_67/\\_article/-char/ja/](https://www.jstage.jst.go.jp/article/jcam/11/1/11_67/_article/-char/ja/)

日本黒酢研究会の会長である矢澤一良先生が携わった2014年に発表された研究では、軽度肥満の成人男女に、毎日10分程度の運動と黒酢含有食品を摂取させることで、対照群と比べて運動時の脂肪消費を促すことが確認されました。10分間の運動は、計2kgのダンベルを用いた体操なので、テレワーク中の方も試しやすいかと思います。

引用：黒酢濃縮末含有食品の内臓脂肪蓄積に与える影響

阿部彰子、長谷川誠朗、鶴岡潤一、松本祥幸、小柳智

URL : [https://www.jstage.jst.go.jp/article/jcam/16/1/16\\_13/\\_article/-char/ja/](https://www.jstage.jst.go.jp/article/jcam/16/1/16_13/_article/-char/ja/)

また、2019年に発表された研究では、肥満気味の成人男女に黒酢濃縮末含有食品を摂取させることで、内臓脂肪面積の減少が確認されました。

これらの研究結果から、黒酢含有食品には肥満などのメタボリックシンドローム改善効果があることが示唆されました。

オルトメディコでは脂肪評価試験だけでなく血中中性脂肪の評価試験の実施も可能です。その他のヒト試験も実施しております。

ヒト試験を実施する予定のない方にも、ヒト試験に関する説明をさせていただいておりますので、お気軽にご相談ください。

---

試験一覧：<https://www.orthomedico.jp/clinical-trials/case.html>

引き続き皆様に満足いただけるような情報を提供させていただきますので  
今後ともどうぞ宜しくお願い申し上げます。