

# JACPセミナー

## 次世代の水溶性食物繊維「グアーガム分解物」 についてご紹介



# 食物繊維の市場規模も拡大(国内)

## 市場規模1100億円超に

### 高齢者、女性向けにも期待

# 好調維持する食物繊維

健康意識の高まりを背景に、ここ数年食物繊維が好調だ。昨年は市場規模が1100億円を超え、原材料メーカーも多くが売上を前年比でプラスにしている。近年は腸内細菌に働きかける水溶性への関心が高いが、不溶性も便通改善機能に注目が集まっている。高齢者向け機能のほか、フェムケアの働きも示唆される食物繊維。その市場動向をレポートする。

一昨年好調だった食物繊維は、昨年も好業績を維持した。富士経済の調査によると、昨年20年を起算に21年、22年と少なくとも2年間、同市場は伸長している。その要因を取材したところ、原材料メーカーの多い野における2022年の食物繊維市場は1100億6000万円。前年比0.29%増で、3億2000万円増加した。

富士経済の調査では、20年を起算に21年、22年と少なくとも2年間、同市場は伸長している。その要因を取材したところ、原材料メーカーの多い野における2022年の食物繊維市場は1100億6000万円。前年比0.29%増で、3億2000万円増加した。



水溶性食物繊維の難消化性多糖類として生成される短鎖脂肪酸

カルシウムの吸収性UP!?

脳機能や免疫システムに与する!?

妊娠率に影響する!?

健康意識の高まりを背景に、ここ数年食物繊維が好調だ。昨年は市場規模が1100億円を超え、原材料メーカーも多くが売上を前年比でプラスにしている。近年は腸内細菌に働きかける水溶性への関心が高いが、不溶性も便通改善機能に注目が集まっている。高齢者向け機能のほか、フェムケアの働きも示唆される食物繊維。その市場動向をレポートする。

## 豊富な機能性表示で販売増

### グァー豆由来食物繊維

太陽化学

### 企業動向

太陽化学(三重県四日市)が展開する天然のグァー豆由来水溶性食物繊維原料「サンファイバー」の販売が好調だ。国内における原材料販売ではサプリメント需要の高まりを背景に、豊富なエビデンスを基に機能性表示食品として多様なヘルスクレームを表示できることを前面に打ち出し提案を進めた結果、供給量を増やしている。

同社では健康者を対象としたRCT試験における研究レビエーを実施。「ファイブス菌を増やし腸内環境を良好にする機能」「やや軟らかめの便を改善しておなかの調子を整える機能」「便秘気味の方の通じを改善する機能」「糖の吸収をおだやかにし、食後血糖のピーク値を抑える機能」などの有用性を確認している。これらの有用

性は、機能性表示食品のヘルスクレームとして届出実績がある。特に「軟らかめの便を改善」をヘルスクレームとした商品は、同社原料を配合した製剤以外に届出公開実績がない点も強調している(7日現在)。

外部との共同研究を含め、様々な研究を推進する同社。美容、抗老化、フレイル、サルコペニア関連、免疫、家畜の健康

な多くの機能性研究を進め、直近ではメンタルヘルスに関することも明らかになった。摂南大学農学部応用生物科学科の井上亮教授らが行った共同研究では、グァーガム分解物を摂取することで、腸内環境を良好に保ち、睡眠の質を改善させることも、仕事や勉強に対するやる気を維持する作用が健康者を対象としたランダム化二重盲検

プラセボ対照並行群間試験で見出された。同社担当者は「メンタルヘルスに及ぼす有用性などの新たな確認を進める作用以外にも、サンファイバーは腸内環境改善を起点として様々な効果に期待できる。今後臨床試験で実証し科学的根拠の蓄積を行っていく」と話す。新たな有用性の発見や機能性表示食品のヘルスクレームの拡大などに期待したい。

# ますます注目度を高める「腸内環境」

クローズアップ  
現代 全記録 since1993

腸内環境に関する  
トピックスは  
TVや雑誌でますます注目度UP!

やせる! キレイになる! 病気を防ぐ! 老化を抑える! 寿命を延ばす! 全身が若返る!

# 腸 すごい!

医学部  
教授が  
教える

## 最高の強化法大全

人生を変える腸内細菌の育て方 完全ガイド  
最先端研究で判明! 体質・性格・寿命を左右する全身の司令塔  
急増する **糖尿病 肥満 高血圧 腎臓病 がん うつ**  
**認知症 アレルギー 免疫低下**の原因は腸の乱れ!  
**健康な心も体も腸しだい!**  
すべては腸しだい!  
文響社



2022年6月20日(月)

### 腸内細菌の知られざる力 体質改善からがん治療まで最新情報!



NHK総合 2022年6月20日放送 クローズアップ現代

発売日: 2022年02月03日  
著者/編集: [内藤裕二](#), [小林弘幸](#)  
出版社: [文響社](#)

# “腸活”のメリットとは！？



腸活 = 腸内細菌のバランスを整えること

快便



免疫力UP



精神面の健康



ダイエット



栄養吸収UP

動脈硬化予防

美肌



食物繊維って  
どれも同じなの？

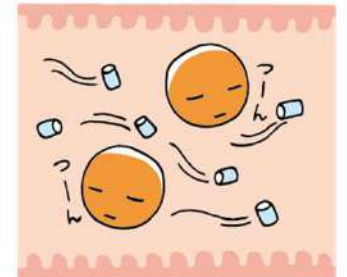


いいえ、同じではありません！

食物繊維にも様々な種類があり

腸内細菌に利用されやすい**高発酵性**と

利用されにくい**低発酵性**のタイプがあります



# 食物繊維の種類と機能

販売店様 社内研修資料

※店頭訴求・配布はできません。

## 食物繊維にもさまざまな種類があります

### 便のかさを増やす 【不溶性食物繊維】

- ・腸内で水分を吸収して、便のかさを増やして蠕動運動を活性化する

高齢者は摂り過ぎに注意

成分	多く含む食品
セルロース	ごぼう・玄米
ヘミセルロース	穀物（ふすま）
グルカン	きのこ類
キチン	エビ・カニの殻

### 腸内環境を整えて便通を改善 【水溶性食物繊維】

- ・善玉菌の栄養となり腸内環境を整え便をやわらかくすべりやすくする
- ・余分な糖・脂質を対外へ排出

高発酵性（善玉菌のエサになりやすい）

**グアーガム分解物 (PHGG)**      **グアー豆**

イヌリン      ごぼう・菊芋

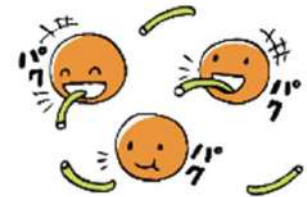
ペクチン      りんご

低発酵性（善玉菌のエサになりにくい）

寒天      紅藻

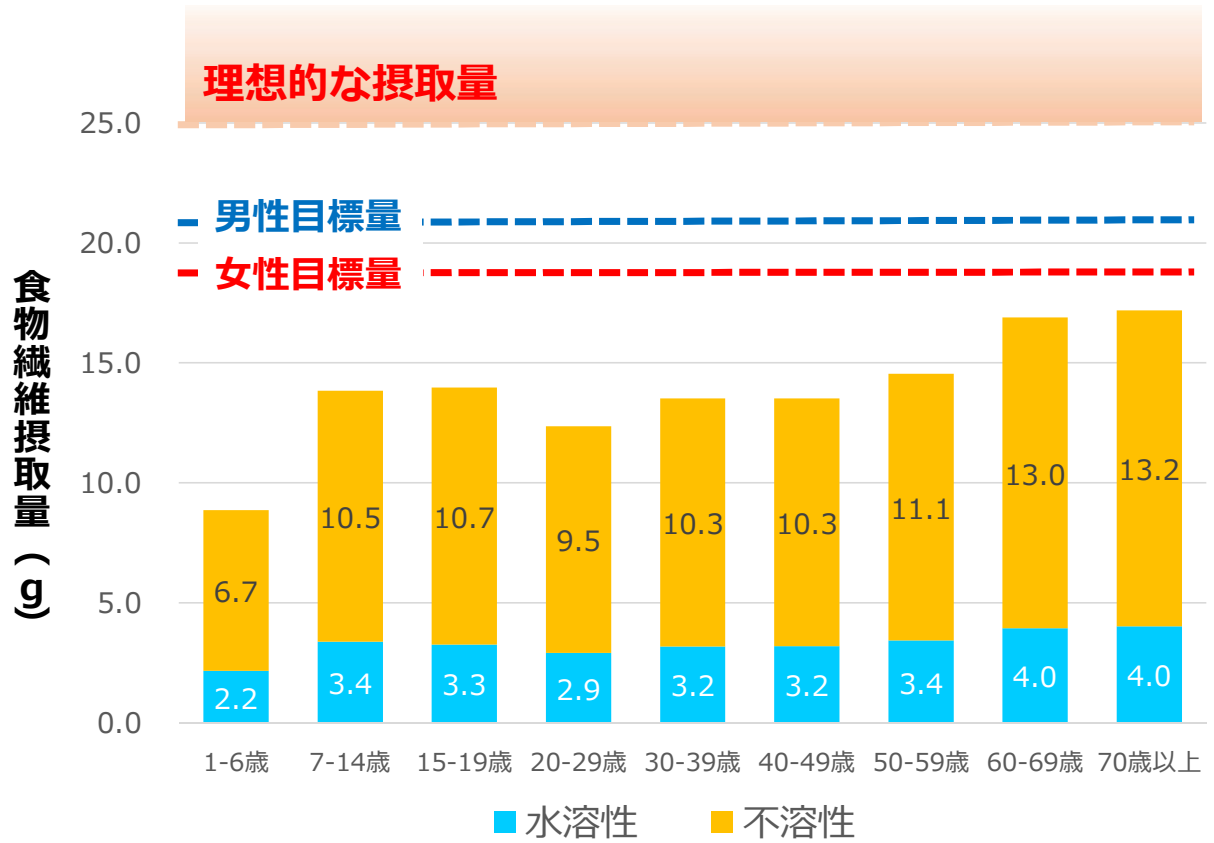
人工合成化学修飾多糖類      ■ 難消化性デキストリン  
   ■ ポリデキストロース

高発酵性なので、  
善玉菌のエサになりやすい



◎ 不溶性と水溶性食物繊維の摂取バランスは、2：1が理想的と言われています。

# 全世代で食物繊維が不足しています！！



国立健康・栄養研究所HPより 国民健康・栄養調査 (2019) より引用作成

★**便秘改善**を期待できる量は**1日20g以上**、**心筋梗塞**のリスク低減が期待できる量は**1日24g以上**と報告されている

2021 TAIYOKAGAKU Ltd.

日本人の食事摂取基準 (2020年版)

**1日の食物繊維摂取目標量**

男性 **21g** 女性 **18g**

理想的には **25~29g以上**

年齢区分：18歳~64歳

**特に！**  
**「水溶性食物繊維」が不足しています**

国立健康・栄養研究所HPより 国民健康・栄養調査 (2019) より引用作成

# 太陽化学が研究開発した素材をベースにした健康食品・サプリメントを販売

■ 病院 ■ 高齢者施設 ■ 薬局 ■ 通信販売

## ◎ 高機能食物繊維 サンファイバーシリーズ



病院介護市場向け  
食物繊維商品出荷量 **No.1**

(株式会社シード・プランニング「2016年版高齢者病者用食品市場総合分析調査」より)

病院・介護施設での  
実績も豊富

グアー豆由来の高発酵性食物繊維  
腸内環境を良好に保つ  
食後血糖のピーク値を抑える  
やや軟らかめの便を改善  
便秘気味の方のお通じを改善

## ◎ L-テアニン

睡眠の質を高める  
起床時の疲労感軽減、  
一過性のストレスを和らげる  
言語流暢性の改善



## ◎ 鉄補助食品 クッキングサプリ Fe

鉄味がしない、胃に優しい、吸収が良い  
アンチドーピング認証も取得



## ◎ 緑茶カテキン (EGCg)

内臓脂肪を低下、血糖値の上昇抑制



# サンファイバーシリーズ

販売店様 社内研修資料

※店頭訴求・配布はできません。

## サンファイバー



- ・グアーガム分解物100%
- ・便秘、下痢どちらの方にも◎
- ・主に酪酸を産生し、腸の状態を改善

オススメ

便秘・下痢を繰り返す方、  
経管栄養時の下痢対策、  
胃痙の方、迷ったら先ずコレ

## サンファイバーAI



- ・グアーガム分解物 + イヌリン
- ・便秘、硬便の方にオススメ
- ・イヌリンが酢酸を産生し、蠕動運動を促進

オススメ

ご高齢の方、筋力が弱っている方、  
踏ん張る力が弱い方、  
強い下剤を使っている方

## サンファイバープラス



- ・グアーガム分解物 + 酪酸菌
- ・生きたまま腸まで届く酪酸菌
- ・1包でシンバイオティクス

オススメ

腸内環境が悪い方、絶食期間が長い方、  
抗生物質の投薬後にも善玉菌も組み合わせたい方、  
ヨーグルトが苦手な方

## サンファイバー血糖



### 機能性表示食品【B388】

「糖の吸収を穏やかにし、  
食後血糖のピーク値を抑える」

- ・グアーガム分解物100% (4.4g/包)
- ・中身は緑のサンファイバーと同じ
- ・糖尿病・メタボ対策などにオススメ

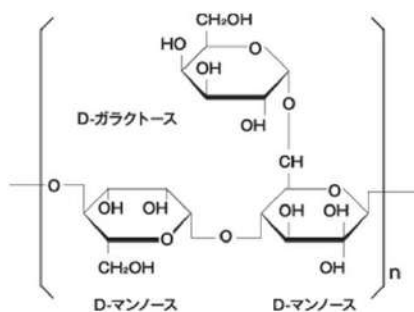
# グアー豆生まれの食物繊維「グアーガム分解物」とは

インド・パキスタン  
地方のお豆です！

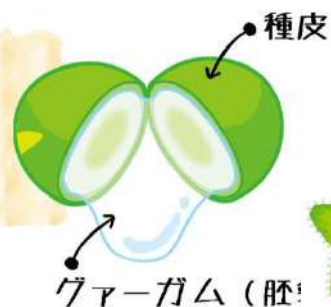
グアー豆の主成分「グアーガム」を  
酵素の力で低粘度化した水溶性食物繊維成分です



毎日スーパーや市場に並ぶ古くから人気の豆野菜！



100%NATURAL  
太陽の恵みをたっぷり浴びた  
グアー豆から生まれました



カレーや炒め物ではおなじみ野菜



オクラのように  
"ネバネバ"



# グアーガム分解物は「高発酵性」&「高分子」

販売店様 社内研修資料  
※店頭訴求・配布はできません。

	高発酵性 	低発酵性
高分子	グアーガム分解物	寒天
低分子	イヌリン オリゴ糖	難消化性デキストリン ポリデキストロース

高分子で...

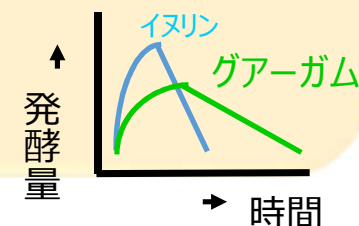
低FODMAP

ながーい食物繊維だから  
ゆっくり発酵する



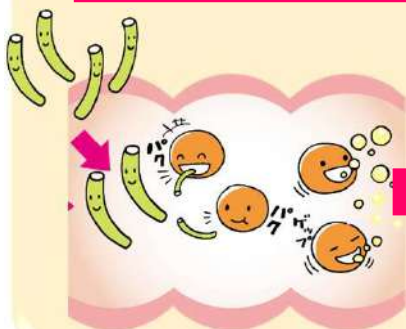
＝おなかがゆるくなりにく

い 難デキの約13倍  
イヌリンの約4倍



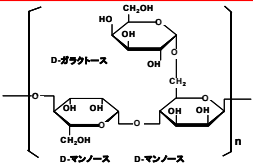

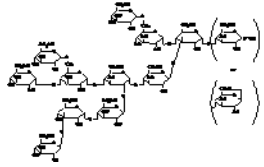
善玉菌のエサになりやすい  
＝短鎖脂肪酸を多く産生する

腸内環境  
を整える



# 各食物繊維素材の比較

CONFIDENTIAL

物質名	グアーガム分解物	イソマルトデキストリン	難消化性デキストリン
構造			
構成	グアー豆を酵素で低粘度化。100%天然成分。マンノース・ガラクトースから構成。	トウモロコシでん粉の分子結合を組み替える酵素により、消化酵素に分解されない構造にかえた成分。グルコース構成	トウモロコシでん粉を化学合成し、消化酵素に分解されない構造にかえた成分。グルコース構成
発酵分解率	腸内細菌により発酵分解を受けやすい 75%以上(=整腸作用が高い)	個別評価なし	腸内細菌により発酵分解を受けにくい
便秘改善効果(ヒト試験)	◎5g/日～	○8.6g/日	5.2g/日
下痢改善効果(ヒト試験)	◎4g/日～	ヒト試験なし	ヒト試験なし
IBS改善	◎5g/日～	ヒト試験なし	ヒト試験なし
小児の下痢改善	◎2g/日～	ヒト試験なし	ヒト試験なし
短鎖脂肪酸の産生	多く産生する(特に酪酸)	あまり産生しない	あまり産生しない
腸内細菌叢改善	◎3.5g/日～	○10g/日	15g/日
食後の血糖値上昇抑制	○3g/日	◎2.1g/回	5g/回
食後の血中中性脂肪上昇抑制	○6g/日	◎2.1g/回	5g/回
オススメのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>●整腸作用が高い 小児のエビデンスも有</li> <li>●おなかがゆるくなりやすい人も使用可</li> <li>●酪酸菌やビフィズス菌との相性もよい</li> <li>●IBSの方も使える低FODMAP食品</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●糖・脂肪吸収阻害目的ならコレ</li> <li>●少量で飲みやすい</li> <li>●低分子でとても溶けやすい</li> <li>●摂りすぎると下痢を引き起こすこともある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●トクホ素材</li> <li>●低分子で溶けやすい</li> <li>●摂りすぎると下痢を引き起こすこともある</li> </ul>

# 世界50ヶ国で使用 水溶性食物繊維【グアーガム分解物】

販売店様 社内研修資料

※店頭訴求・配布はできません。

## 食物センイの原料メーカーがお届けする世界ブランド

太陽化学の **Sunfiber**<sup>®</sup>  
“グアーガム分解物”の世界ブランド

PHGG : Partially Hydrolyzed Guar Gum

世界レベルの安全基準もクリア

- ◎アレルギー特定原材料等28品目不使用
- ◎保存料・着色料不使用 ◎グルテンフリー◎低GI食品
- ◎FDA (米国食品医薬局) GRAS認証 ◎低FODMAP食品
- ◎FSSC 22000 ISO14001 ◎Non-GMO



プロの現場でも支持される高品質素材  
医療・介護向け市場食物繊維売上No.1

病院で使われている  
食物繊維  
グアーガムのカ

発売から30年以上のロングセラー 豊富なエビデンスで  
全国の医療・介護現場 5000ヶ所以上で使われています

医療・介護市場向け  
食物繊維商品  
**No.1**  
販売実績  
(出荷額)  
株式会社シード・プランニング  
「2019年版高齢者高齢者市場総合分析調査」より



# 医療・介護現場での使用事例

販売店様 社内研修資料

※店頭訴求・配布はできません。

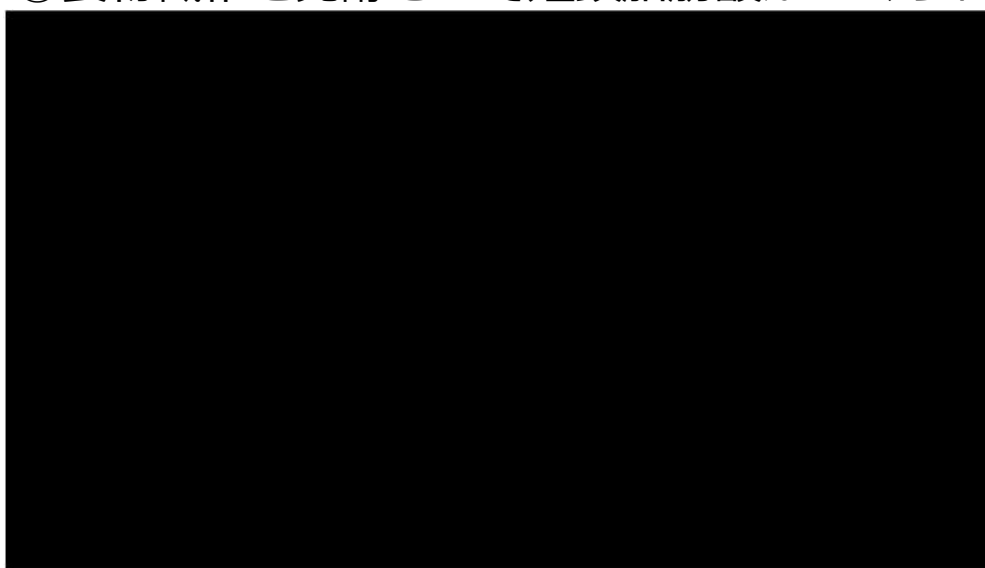


経管栄養使用時	経腸栄養剤使用時の下痢防止、褥そう、創傷治癒の促進に使用
おむつ使用患者様へ	排便のコントロールに（便秘・下痢対策）
腸疾患患者へ	人工ストーマ（人工肛門）の患者に使用
外科手術後の患者へ	心臓血管外科・胃切除・腸切除後の術後食に使用 アルブミンの改善も
救命救急センターで	抗菌剤使用時の下痢防止、感染症対策に使用
透析患者様へ	透析患者のリン吸着剤の副作用による便秘改善に使用
小児患者様へ	心臓血管手術を受けた乳児の排便コントロールに使用（使用実績：6ヶ月児～）
糖尿病教室にて	食後の血糖コントロールを目的に使用
がん患者様へ	末期がん患者のオピオイド鎮痛剤の副作用による便秘改善
自閉症スペクトラム障害児様へ	自閉症患者様の排便改善、腸内環境改善、イライラ症状が減り炎症性サイトカイン減少

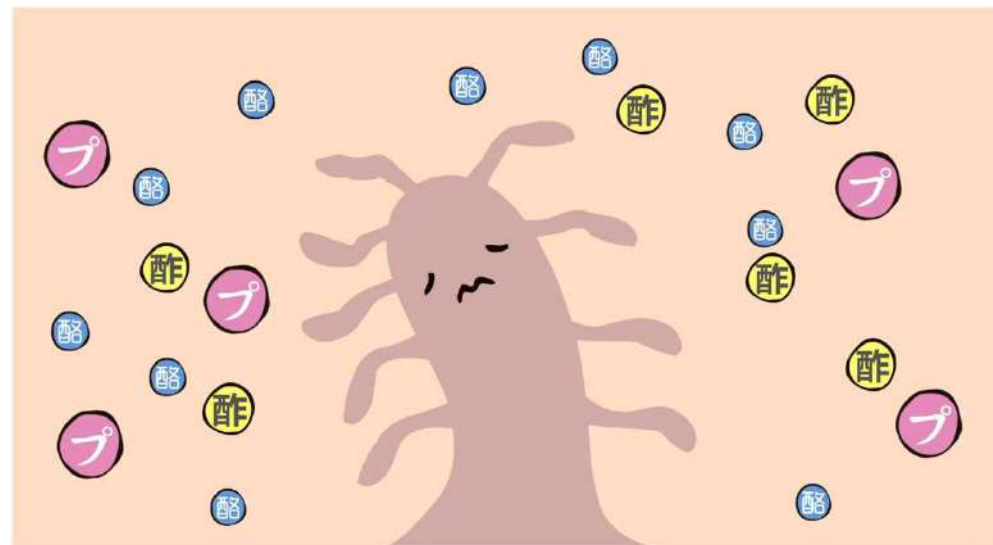
①大腸まで届いて玉菌のエサになる



②食物繊維を発酵させて短鎖脂肪酸が作られる



③短鎖脂肪酸が腸細胞の栄養源になる



④動きのよい元気な腸に



# 腸に必要な栄養素とは？

小腸

▶ **グルタミン**

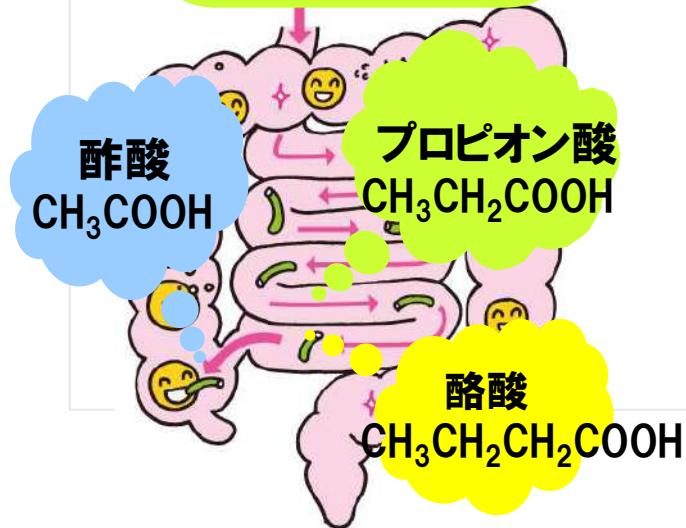
食事中から摂取。空腹時は筋肉組織から供給される

大腸

▶ **短鎖脂肪酸**

→ 酢酸・プロピオン酸・酪酸等

食物繊維などを腸内細菌が発酵・分解してつくります。  
**高発酵**ほど多く作り出されます。



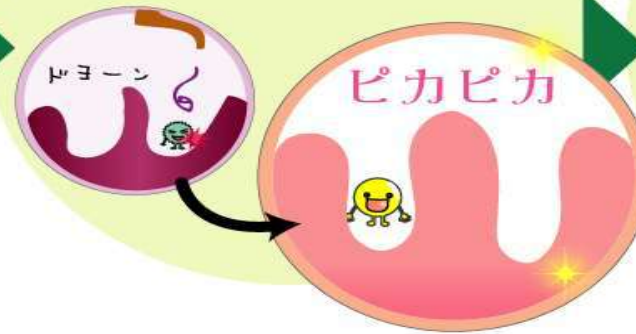
# 高発酵性食物繊維は“短鎖脂肪酸”を多く産生

①善玉菌を増やす！



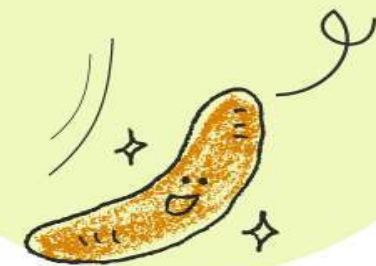
食物繊維が腸内の善玉菌のえさになって仲間を増やします。

②腸細胞を育てる！



腸内で「短鎖脂肪酸」がつくられて、腸が若返り腸機能がアップ。

③いいウンチを作って出す！



腸内環境が整ってカチカチの方もユルユルの方もちょうどいいウンチに

ココがポイント！

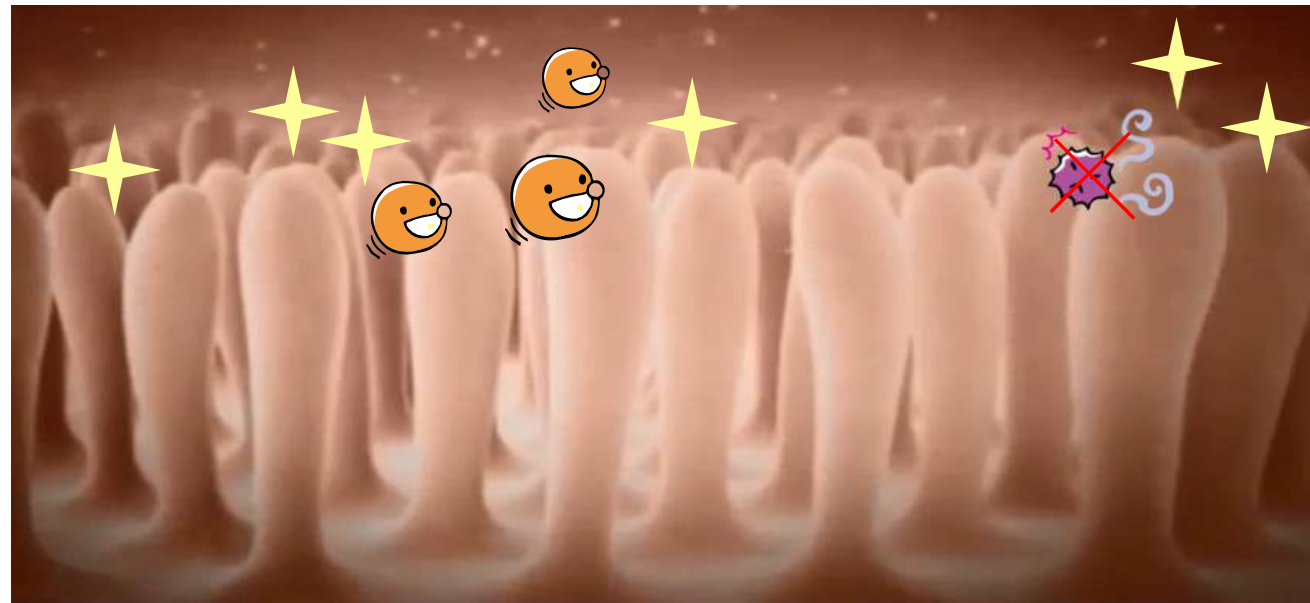
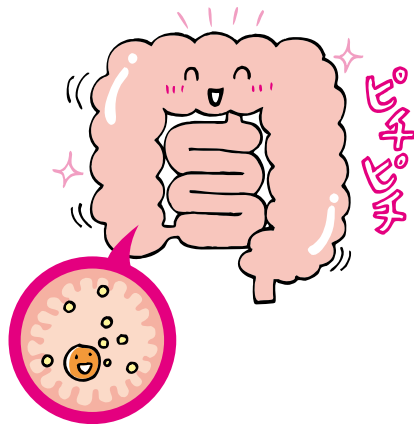
短鎖脂肪酸とは・・・

腸内細菌がつくる酸で、腸細胞1つ1つの栄養源となり、腸がもつ本来の運動能力を上げて、自然に出すチカラを発揮させます。

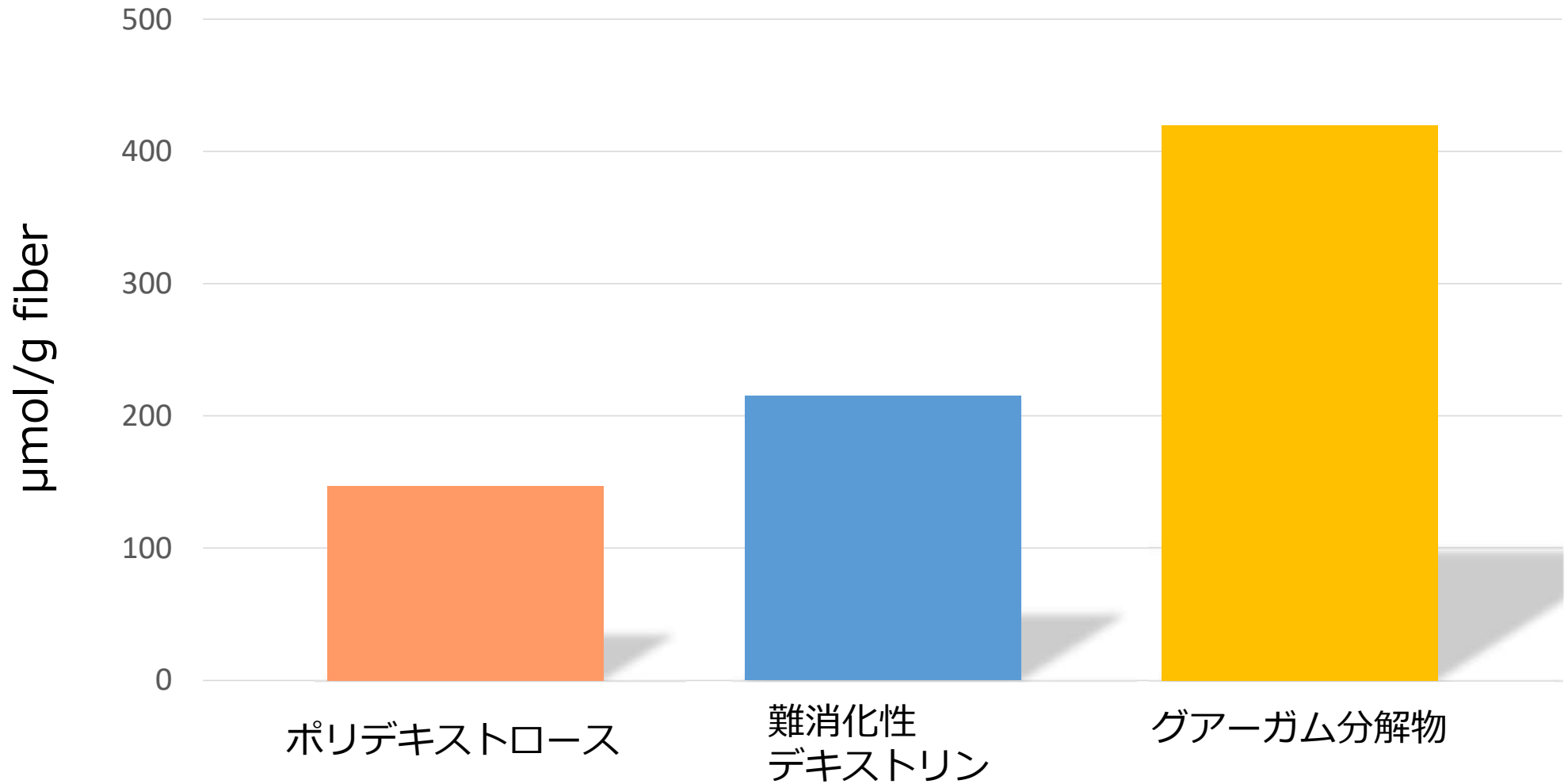


# 短鎖脂肪酸は健全な腸内環境に必須の成分

- ✓ 腸内を弱酸性に保つ→有害菌抑制、ミネラル吸収促進
- ✓ 腸上皮細胞のエネルギー源になる
- ✓ 腸管内の酸素を減少させる
- ✓ 腸管バリア機能を強化（タイトジャンクション、ムチン、IgA、抗菌ペプチドなど）
- ✓ 免疫調節
- ✓ 炎症抑制
- ✓ ナトリウムと水の吸収を促進
- ✓ 腸の蠕動運動を促進



# 短鎖脂肪酸 (酪酸) 産生量の違い



ココがすごい!

販売店様 社内研修資料

※店頭訴求・配布はできません。

グアーガム分解物の特長

**便秘・下痢**

**どちらにも使える**



**便通の改善  
IBSの排便回数改善例**

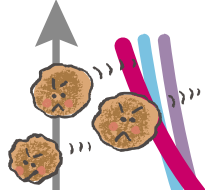


# 理想的な「バナナ状の便」状態に近づける

社内研修資料

※店頭訴求・配布はできません。

カチカチ便



## 理想的な「バナナ便」に近づける

カチカチ便



軟く!

バナナ便



硬く!

ユルユル便



ユルユルウンチを  
ほどよくまとめる

カチカチウンチに  
水を含ませる

グアーガムの食物繊維

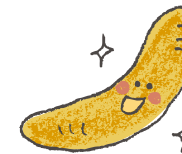
正常便へ→

バナナ便

正常便の範囲

一般的な食物繊維

糖アルコール  
一般的なオリゴ糖



他のセンイやオリゴ糖は  
「ユルユル派」の方は要注意

ユルユル便

# 国内初のモナシュ大学「低FODMAP認証取得」の食物繊維

## FODMAP (フォドマップ) って何?

小腸内で消化・吸収されにくい糖類の略称。  
食品中に含まれるFODMAPは小腸で吸収されにくいため、お腹がゴロゴロするなど不調を引き起こしやすいとされています。  
モナシュ大学はFODMAPを控えた食品を選ぶことで不調を招きにくい食事スタイルを提唱しており、欧米では広く認知されています。

<b>F</b>	<b>発酵性の</b>	
<b>O</b>	<b>オリゴ糖</b>	ガラクトオリゴ糖 フラクトオリゴ糖、イヌリン等 
<b>D</b>	<b>二糖類</b>	乳糖(牛乳、ヨーグルト) ラクチュロース等 
<b>M</b>	<b>単糖類</b>	果糖(果物、はちみつ)等 
<b>A</b>	(AND)	
<b>P</b>	<b>糖アルコール</b>	ソルビトール、 キシリトール等 



今、注目!

サンファイバーは  
"FODMAP"が低い  
食物繊維



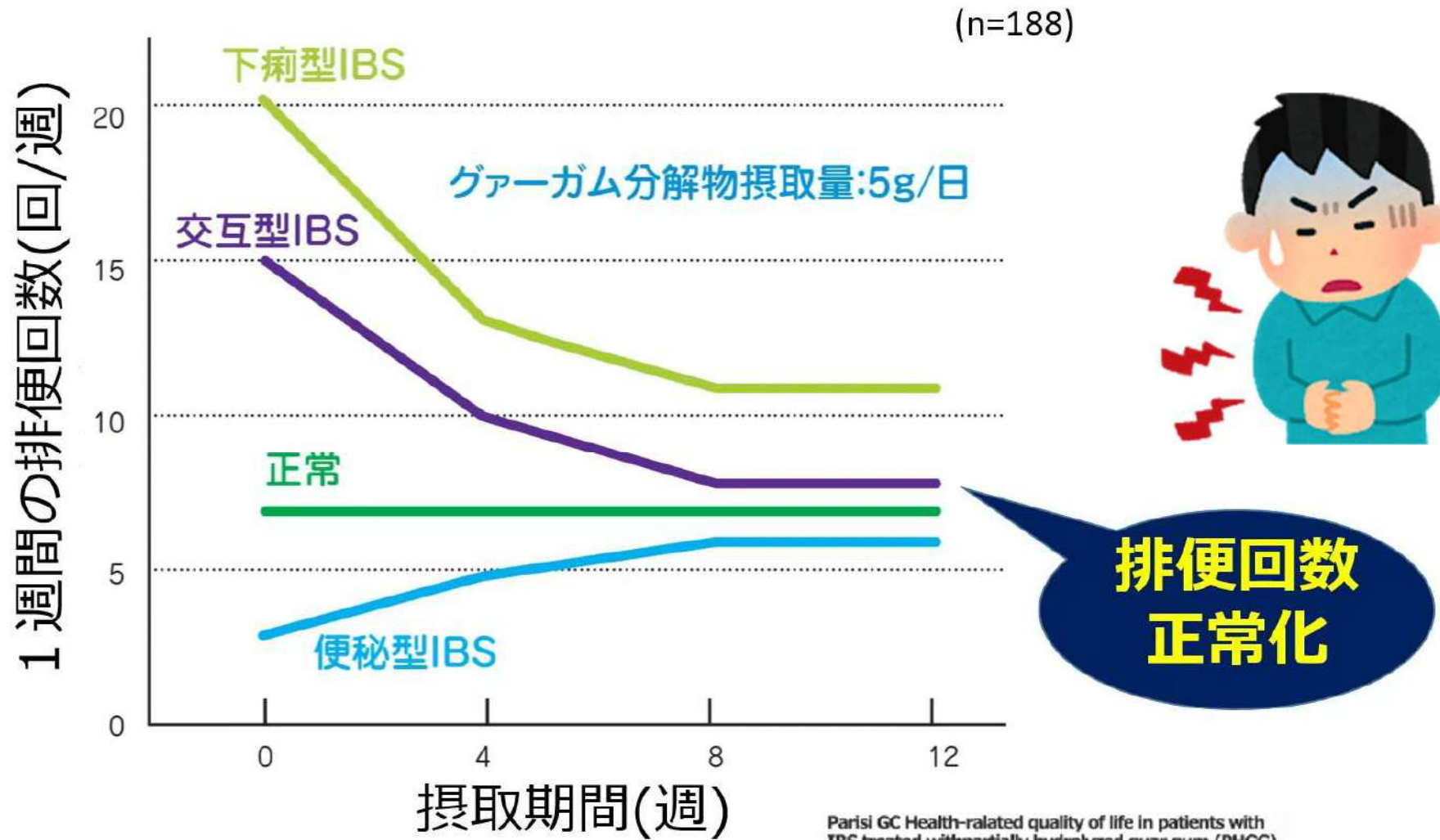
MONASH  
UNIVERSITY  
LOW FODMAP  
CERTIFIED™

### Low FODMAP 認証とは?

【Low FODMAP 認証】とは、オーストラリアに本部を置くモナシュ大学が運営する制度であり、商品に“発酵性の糖質(FODMAP)”が含まれていないか、基準値以下であることを確認する認証プログラムです。本製品の1食あたりの分量(6g)はモナシュ大学が定めるFODMAP含量が低い食品の基準を満たしています。

# 過敏性腸症候群（IBS） 排便回数（回/週）の改善

販売店様 社内研修資料  
※店頭訴求・配布はできません。



Parisi GC Health-related quality of life in patients with IBS treated with partially hydrolyzed guar gum (PHGG). 国際「こころと栄養」シンポジウム-生命との対話(2005) Dig. Dis. Sci. 47:1697-1704(2002)

# PHGG × 免疫



# PHGG × 肌



# インフルエンザ発症予防効果 グアーガム分解物（食物繊維）

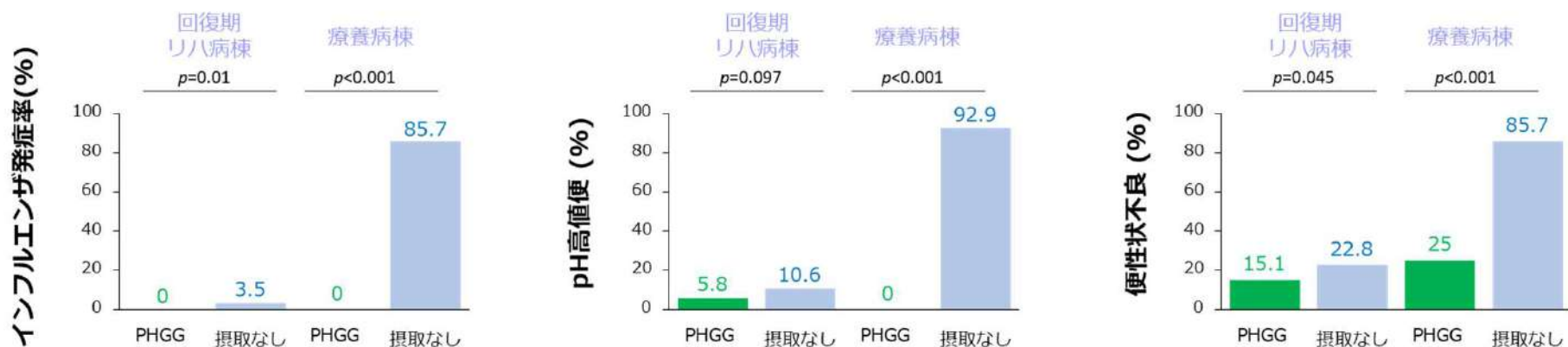
被験者：経口摂取可能な入院患者（回復期リハ病棟患者492名、療養患者30名）

- ・回復期リハ病棟 PHGG群（n=172）82.19±5.16歳、女性68.6%
- ・回復期リハ病棟 非摂取群（n=320）80.36±6.39歳、女性85.3%
- ・療養病棟 PHGG群（n=16）86.13±5.10歳、女性93.8%
- ・療養病棟 非摂取群（n=14）78.36±15.23歳、女性78.6%

デザイン：後ろ向き観察研究

PHGG摂取量：5.2g/日

調査項目：インフルエンザ発症率（2017.4～2019.3）、BMI、便pH、便性状、基礎疾患、プロバイオティクスの使用、下剤の使用



Clin Nutr ESPEN 42, 148-152 (2021)

**PHGG群でインフルエンザ発症率が有意に低い  
PHGG群の方が便のpHが低値、便性状が良好**

回復期リハビリテーション病棟は、脳血管疾患または大腿骨頸部骨折などの病気で急性期を脱しても、まだ医学的・社会的・心理的なサポートが必要な患者さんに対して、多くの専門職がチームを組んで集中的なリハビリテーションを実施し、心身ともに回復した状態で自宅や社会へ戻っていただくことを目的とした病棟です。

療養病棟とは、急性期医療を終えた後も慢性期にわたって医療が必要な患者が入院する病棟です。病院の病床種別の一つで、医療保険が適用される医療保険型療養病床と、介護保険が適用される介護保険型療養病床に分けられます。

# 参考資料：PHGGの肌水分保持作用

販売店様 社内研修資料

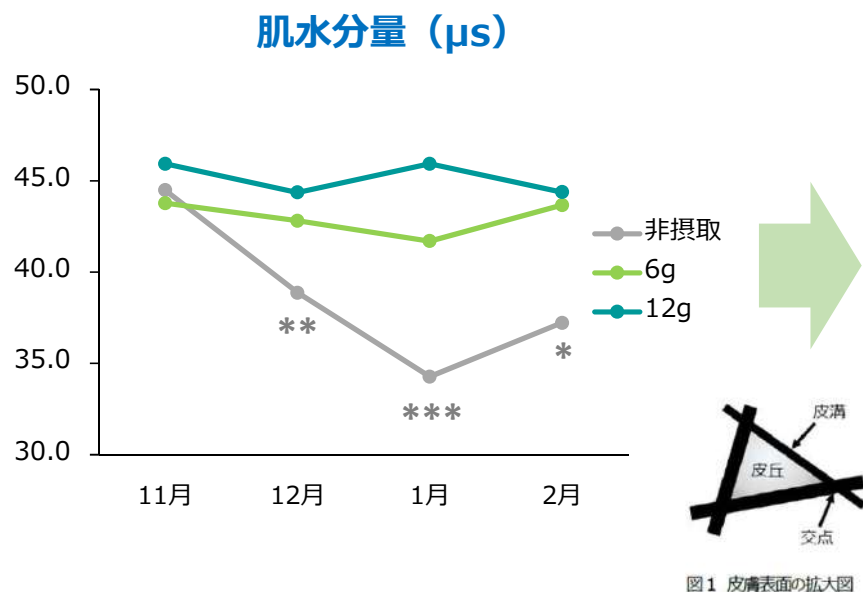
※店頭訴求・配布はできません。

被験者：太陽化学社員45名（男性30名、女性15名、20～60代）

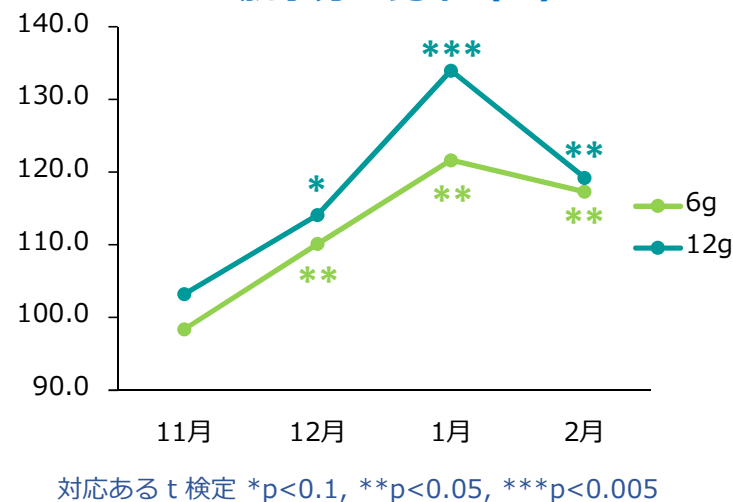
デザイン：並行群間比較試験

PHGG摂取量：非摂取群（n=15）、6g/日群（n=16）、12g/日群（n=14）

評価項目：肌水分量（皮表角層水分量）（SKICON-200EX）、肌のキメ・シワ（MoistureMap MM100）、肌や便通に関するアンケート



**非摂取群に対する  
肌水分量比率 (%)**



腸内環境悪化 = 便秘

↓  
フェノール・アンモニア等  
腐敗物質が血中へ移行

↓  
表皮の角化形成に悪影響



**PHGG摂取**

↓  
腸内環境改善

↓  
表皮の角化正常？  
**水分保持**



- 乾燥する冬場において、非摂取群では肌水分量が低下する一方、PHGG群では肌水分量が保持された
- (この他、便通改善、肌のキメの乱れの抑制傾向が観察された)

自然な排泄ケアをサポート

**メディアでも注目  
グアーガム分解物の  
使用実績**



# TV番組の便秘対策で紹介され大注目！グアーガム分解物（食物繊維）

Point

便秘治療が驚きの進歩！  
【見えてきた最新対策】

「便通異常症診療ガイドライン」  
お墨付き食材として紹介！  
医学が認めた**最新の便秘対策**として  
取り上げられました。

NHK作成「便秘の取扱説明書」  
に掲載されています。



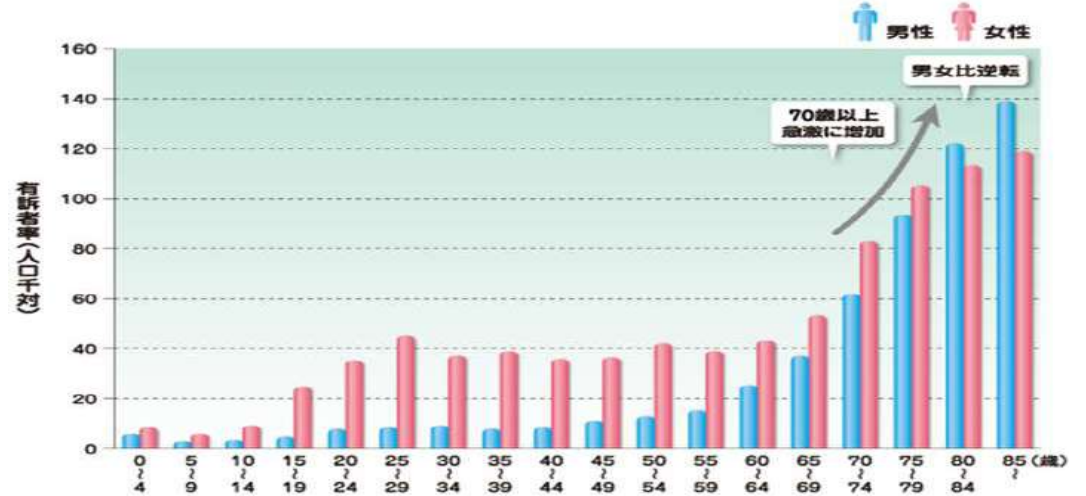
## ■ 介護施設での活用事例も



- もともと過半数の利用者が便秘で悩んでいた
- 普段の飲み物に混ぜて提供する事で継続しやすい
- **利用者の9割が便秘改善を実感**

NHKWEBサイト「便秘の取扱説明書」より ([https://www.nhk.or.jp/program/torisetsu-show/2023\\_benpi.pdf](https://www.nhk.or.jp/program/torisetsu-show/2023_benpi.pdf))

## 70歳以上になると男女ともに便秘になる方が多い



<http://benpi-online.jp/epidemiology/01.html> (便秘オンライン), 平成25年 国民生活基礎調査 (厚生労働省)

### 高齢者や病態者の便秘の主な原因

- ① 加齢により、腸の動きが弱くなる**  
筋力が低下し、腸がゆるんでしまうため、蠕動運動が正常に行われず、腸が便を押し出せない。
- ② 水分摂取量の低下**  
便の70～80%を構成する水分そのものの摂取量不足。
- ③ 食事摂取量の低下**  
食物繊維も不足するためしっかりと便をつくれない。
- ④ 腸内細菌のバランス悪化**  
悪玉菌優位になり腸機能低下。排便障害を誘発する。
- ⑤ 活動量の低下**  
活動量が低下し、腸に刺激が伝わらず、便意がおこりにくくなる。便が腸内に留まり続け、水分が失われて硬便になってしまう。
- ⑥ 薬の副作用**



### 下剤の長期連用による腸への影響

刺激性下剤の連用により、腸が麻痺して便秘が悪化することも・・・  
・腸の筋層の神経細胞が減少する。  
・シユワン細胞 (炎症を起こした後にできる細胞) が増える。

QOLの低下



## 「シルバー用品&大人のおむつ」コーナーでの展開

# PIVOTにグア-豆食物繊維 & サンファイバー登場

confidential

**老化を防ぐ最強の豆&穀物**  
**BODY SKILL SET**  
 腸内細菌と食物繊維 #2

PIVOT  
 PIVOT公式チャンネル  
 健康・美容・生活のヒントを届けるチャンネル

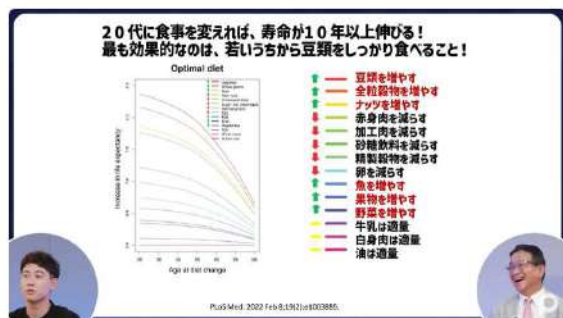
【老化を防ぐ最強の食事】  
 食物繊維の多い豆ランキング／入手困難？グア-豆食物繊維とは  
 ／老化予防に期待されるスーパーフードとは／健康オタク・内藤先生の食事を公開

内藤先生の必殺技！

摂りやすいのことも大切  
 内藤先生はオリジナルスムージーに入れて飲んでいる！

マクドナルドも大豆ミートと清涼飲料水も食物繊維たっぷりな清涼飲料水にしたら!?

サンファイバー×老化ネズミに1年間投与顔の毛艶が悪化



植物ベース食にも健康・不健康がある！

健康な PDI Healthful PDI (hPDI)	不健康な PDI Unhealthful PDI (uPDI)
全粒穀物 🌾	果汁飲料 🍹
果物 🍎	砂糖甘味飲料 🍬
野菜 🥬	精製穀物 🍞
ナッツ 🥜	ジャガイモ 🍠
豆類 🫘	菓子・デザート 🍰
植物油 🌿	
コーヒー / 茶 ☕	

- ✓ 健康的な長寿には、「プラントベース」の食事が効果的  
 ≡食物繊維が豊富な植物性食品を中心とした食事法
- ✓ 「グア-豆食物繊維」は溶けやすく、無味無臭で、手軽に食物繊維を補給できておススメ。

**グア-豆食物繊維**

インドやパキスタンに地方に生育する  
 グア-豆という豆野菜から作られる水溶性食物繊維

**大事**

**エサ（食物繊維）の方が大事**

サンファイバー™は見た目の老化を抑制する

Control	PHGG

サンファイバー

グア-豆酵素分解物100%の高機能水溶性食物繊維。

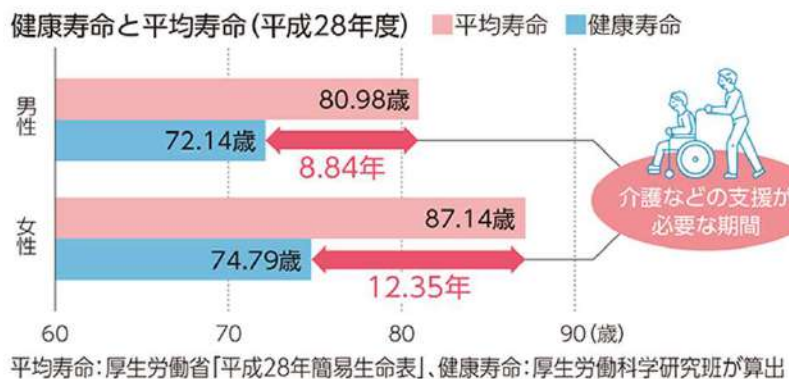
# 健康寿命延伸・高齢者QOL向上

3 すべての人に  
健康と福祉を



機能性素材の研究・開発を通じて、健康寿命の延伸に貢献します。  
2015年より開始された「機能性表示食品」制度にも積極的に対応しています。

世界的に高齢化が進む中で、平均寿命だけでなく、健康寿命の重要性が広く認識されるようになりました。  
太陽化学グループは機能性表示食品の制度にも積極的に対応することで、介護が必要な期間を少なくし、誰もが健康でいきいきとした生活を続けられるよう、機能性素材の研究、開発を通じて貢献します。



トピックス  
“オムツゼロ”を成功させた  
特別養護老人ホーム  
「きたざわ苑」



Sunfiber®  
サンファイバー

## 健常高齢者に対するグアーガム分解物の最新研究

### 認知機能および睡眠の質を向上、気分にも好影響の可能性

- ★認知機能（視覚記憶力）、睡眠の質（起床時の眠気）への有効性が明らかに
- ★グアーガム分解物の摂取は気分にも好影響を与える可能性が示された

○研究方法について

66名の健常な高齢者をプラセボ（PHGG非摂取群）、PHGG 5g/日摂取群（PHGG群）に分け、試験を実施。

PHGGを12週間毎日摂取させ、摂取前、8週間後、12週間後に、認知機能検査、メンタルヘルス（睡眠の質および気分）に関する主観的評価を実施。



病院介護市場向け  
食物繊維商品出荷量 **No.1**  
(株式会社シード・プランニング「2016年版高齢者介護用食品市場総合分析調査」より)



イメージ図

学術誌「Nutrients」に発表！！



## “オムツ・下剤ゼロ”活動への活用①

都内特別養護老人ホームにてオムツゼロ・下剤ゼロ活動においてサンファイバーは活用されております。

入所者 約100名

平均介護度 3.9(要介護度4と5が65%)

平均年齢 87.5歳

Xトピックス

“オムツゼロ”を成功させた  
特別養護老人ホーム  
「きたざわ苑」

## “オムツ・下剤ゼロ”活動への活用②(オムツをはずすポイント)

- 「歩き方」を思い出してもらうため、歩行能力を改善する  
→寝たきりでも立位からはじめ、毎日何回も歩行する
- 下剤の中止すること  
→下剤は失禁の原因。オムツがはずれない悪循環
- 座位で(トイレ)で排泄をしていくこと  
→2人介助でトイレ誘導。「便意」を回復させる
- 水分の摂取を増やすこと  
→最低1日1300～1500cc お茶・コーヒーなどを出して
- 普通食の摂取
- 不要な精神科薬の中止  
→精神薬には副作用に「便秘」があるものが多い
- **サンファイバーの摂取:1日15g(個々の体調に合わせて)**

## “オムツ・下剤ゼロ”活動への活用③(下剤ゼロへのプロセス)

便通をよくするためには欠かせない食物繊維の摂取に  
サンファイバーを15g/日をご使用いただいた。

下剤廃止前と廃止後の比較

	下剤廃止前		下剤廃止後
下剤使用者数	66名	⇒	4名
浣腸使用数(月)	215回	⇒	101回
普通便の割合	18.6%	⇒	81.4%
軟便・水様便	84.7%	⇒	15.3%
排便周期	2.5日	⇒	3.5日

**半年を待たずに“オムツゼロ”を実現**

# 介護施設での使用事例“おむつゼロ”施設でも採用中

CONFIDENTIAL

## おむつゼロ施設：ファイバー茶の提供

ヘルスケア・レストラン10月号(日本医療企画)の特集は「排便コントロール食」がテーマになっております。特集の中では、3つの病院・施設で水溶性食物繊維「サンファイバー(グァーガム分解物)」に関連する使用事例が掲載になっております。

### 特集 下痢や便秘への対応、できていますか？ 「排便コントロール食」の実践



社会福祉法人 正吉福祉会  
特別養護老人ホーム  
世田谷区立きたざわ苑



水分補給の  
ほうじ茶  
間食

●利用者には食事からを含めて1日当たり1500mlの水分の摂取をめざしている。各食事の際に添えるほうじ茶には、食物繊維を含んだ栄養補助食品サンファイバー(太陽化学株式会社)を溶かして提供。繊維質が多い食材は食べにくいので取り除くことが多く、食物繊維が不足しやすいためだ。1日17gの摂取が目安だが、利用者の排便状況をアセスメントしながらそれぞれに合った量で提供している

“おむつゼロ特養”  
きたざわ苑様のご使用例

日中・夜間おむつゼロを達成された世田谷区立きたざわ苑様では、毎食のほうじ茶の中にサンファイバーを溶かして提供していただいております。サンファイバーには善玉菌を増やして腸管機能を高めるため、腸内環境が整い、自然な排便コントロールを実現されています。

ケースレポート CASE REPORT 社会福祉法人 正吉福祉会 杜の風・上原  
水溶性食物繊維を活用した排便コントロールで  
「おむつゼロ」を実現する自立支援介護

スムーズな排便のために  
水溶性食物繊維「グァーガム分解物  
(PHGG※)」を活用



社会福祉法人 正吉福祉会 杜の風・上原  
施設長  
藤貴也 氏

写真 食事の際にお茶に  
「グァーガム分解物」を  
溶かして提供している



# ご利用者様への オススメポイント

カウンセリングが大変有効です！

タイプ1	タイプ2	タイプ3	タイプ4	タイプ5	タイプ6	タイプ7
硬く コロコロの便	短く固まった 硬い便	水分が少なく ひび割れている便	適度な 軟らかさの便	水分が多く やや軟らかい便	形のない 泥のような便	水のような便
						
コロコロ便	硬い便	やや硬い便	普通便	やや軟らかい便	泥状便	水様便







# サッと溶けて続けやすい！高発酵性食物繊維

水によく溶けて  
熱にも強い

飲み物や料理の味を変えないので毎日飽きずに続けられます

- お水に
- コーヒーに
- お茶に
- ココアに
- ジュースに
- プロテインに
- お味噌汁に
- ヨーグルトに
- 炊飯時に
- 卵を焼く時に
- シリアルに
- カレーに

- 即席のスープなどに
- お酒を割る時の  
ミネラルウォーターに

1日の目安  
1包～3包

体調に合わせて  
お飲みください



サンファイバーを  
溶かしてみた

①水



動画をみる



taiyo.medi



# 善玉菌を増やす方法 プロバイオティクスとプレバイオティクス

販売店様 社内研修資料

※店頭訴求・配布はできません。

## プロバイオティクス 生きた善玉菌



ビフィズス菌  
ヨーグルト



乳酸菌  
味噌・キムチ・乳酸菌飲料等



乳酸菌



麹菌  
塩麹・甘酒等



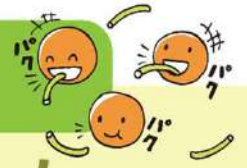
納豆菌  
納豆



酪酸菌  
チーズ・ぬか漬



## プレバイオティクス 腸内細菌のエサ



ファイバー

水溶性食物繊維  
豆・大麦・海藻・こんにやく  
ネバネバ系食品（オクラ等）  
熟した果物



オリゴ糖

たまねぎ・アスパラガス  
にんにく・バナナ等



レジスタントスターチ

冷えた炭水化物・玄米等



一緒に摂るといい！

プロバイオティクス×プレバイオティクス  
＝シンバイオティクス



# 各種食物繊維とシンバイオティクス作用の比較

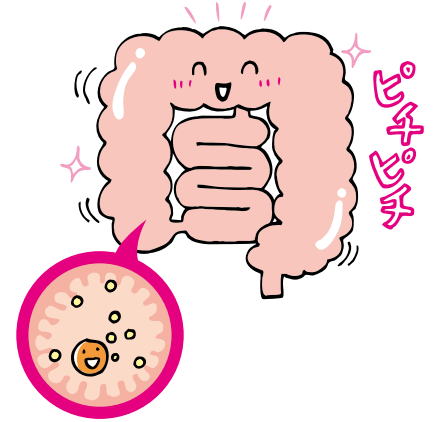
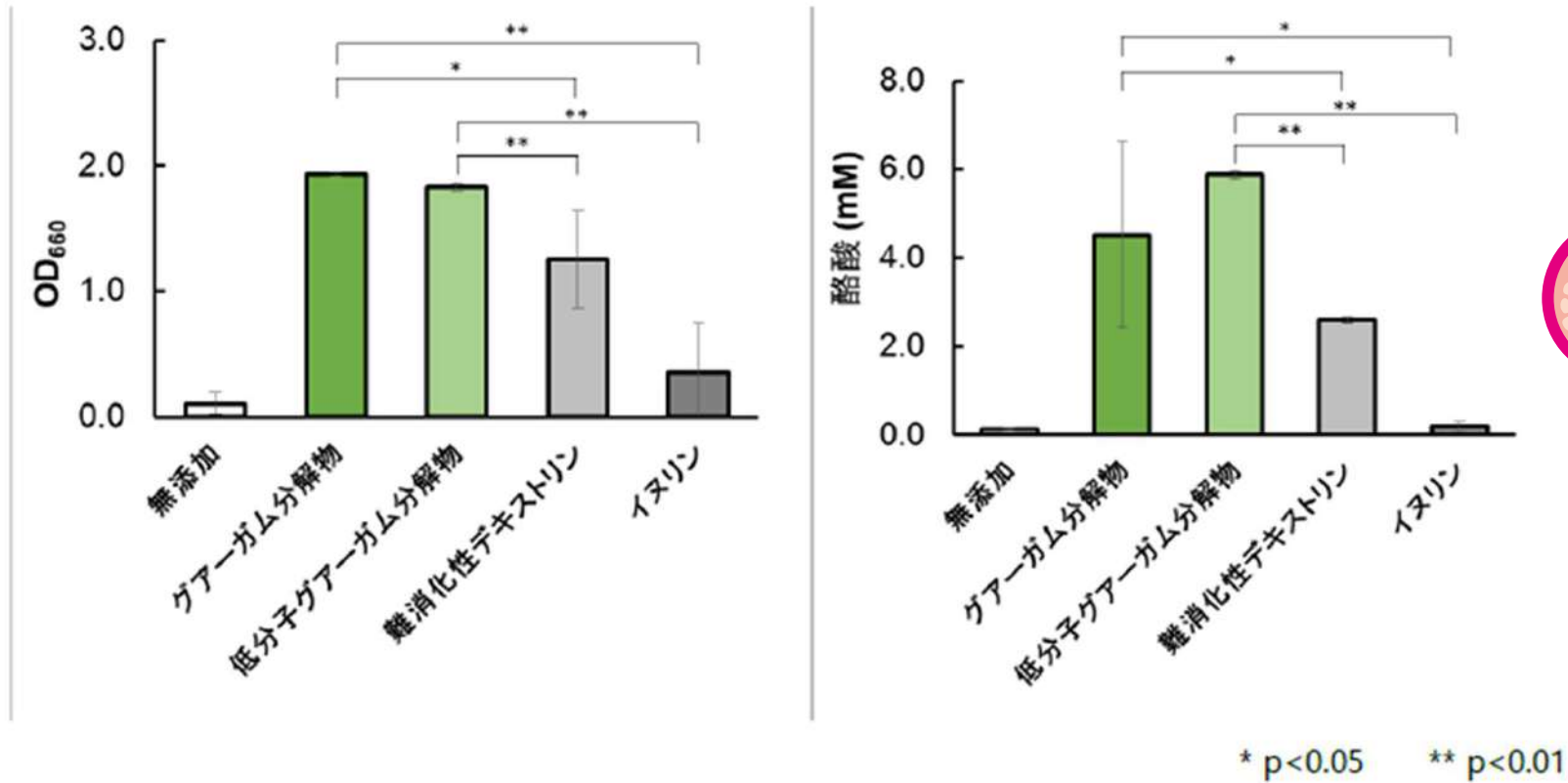


図 各食物繊維の培養後の菌体量及び酪酸濃度

- ・グアーガム分解物は各食物繊維の中で最も酪酸産生促進能が高い

# 小さなお子様からご使用いただけます

## 🍀 使い方例

- ジュースに混ぜて
- おかゆに混ぜて
- ヨーグルトに混ぜて
- スープに混ぜて
- ジャムに混ぜて
- カレーに混ぜて



🌟 お子様へは 🌟 1日: 0.3g~0.5g/kg

体重10kg以下	スティック1/3~半分    小さじ2杯程度
体重10~20kg 程度	スティック半分~1包    小さじ2~4杯程度
体重20kg以上	スティック1~2包    大さじ1~2杯



● 100%ナチュラル  
● アレルギー-特定原材料  
品目不使用  
● グルテンフリー

年齢・体調や食事からの食物繊維摂取量に合わせて摂取量を調節してください

# プロテインや青汁等の粉末飲料と一緒に混ぜて一石二鳥！

## プロテインで便秘気味になった・・・ってなぜ？

タンパク質を摂りすぎると、分解に**肝臓・腎臓に負担**をかけます。

また、小腸で吸収しきれなかったタンパク質は、

**大腸で「悪玉菌」のエサ**になってしまいます。

**悪玉菌が増えると**、インドール・硫化水素・アンモニアといった腐敗物質が腸内で増えて、**便が臭くなったり、便秘**になります。

野菜をあまり食べずに、お肉をたくさん食べると次の日おならが臭くなったりしますよね。特に、**糖質制限中は便のカサ不足で便秘**になりやすいです。

タンパク質に  
含まれる窒素が  
悪玉菌のエサに

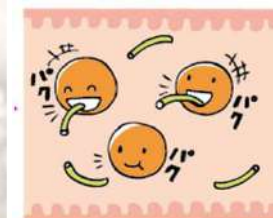


## プロテイン×サンファイバーがおすすめ！

- ①シェイカーに水を入れる
- ②お好きなプロテインを規定量入れる
- ③サンファイバーを1本入れる
- ④よくシェイクして、飲む



善玉菌を増やす  
食物センイをプラス



善玉菌のエサになりやすい

## よくあるご質問

### Q.1日どれくらい摂ればいいの？どのくらいで体感？

1日1包を目安に、体調に合わせて1～3包の間で調整してお使い下さい。1日36g（6包）で安全性を確認しております。体感については個人差がありますが、数日～2週間で体感するケースが多いので、継続をおすすめいたします。

### Q.飲み始めはなんだかおなかがポコポコする？

人によって、飲み始めはそう感じる方もいらっしゃいます。腸内でよい発酵がおこると短鎖脂肪酸をつくりながら、最初は炭酸ガスが出やすい時期もあります。腸内細菌のバランスがかわっているサインでもあり、一過性のものですが、気になる場合は何回かにわけるといいです。イモを食べたあとになんとなくポコポコする感覚です。

### Q.薬との飲み合わせは怎うなの？

薬との相互作用は特に報告されておりません



# ご清聴ありがとうございました



## 販売支援 サンプル・お役立ちツール・販促物



ご紹介用サンプルセット  
(パンフレット+サンプル1包)



排便チェックシート  
(排便のコツ、排便状況の記入用紙)



糖質マップ  
～意識して食物繊維を摂りましょう～



お薬に頼らない排便ケアパンフレット



食物繊維のおはなし冊子

- POPセット
- ひな壇
- ポスター
- 空箱



## サンプル・販促物のご依頼はこちら

医療・介護・専門職の方向け  
情報サイト「Taiyo-medi」



検索 **taiyo-medi**

※サンプルはお味見用に1名1本を目安にお渡しください。