

日本食糧新聞

The Japan Food Journal

第2回B-ROPs研究会開催 「ベジメータ」3演題で発表

総合 セミナー・催し 2020.08.17 12098号 03面



「ベジメータ」の測定風景と結果画面イメージ

レドックス・酸化ストレス・フィトケミカルズ生体計測研究会（B-ROPs研究会、代表世話人＝谷戸正樹島根大学医学部教授）は7日、「第2回B-ROPs研究会」を島根大学出雲キャンパスとりモートで開催した。身体の酸化・糖化に関わる疾患や物質などにつき特別講演と一般講演11題を行い活発な質疑応答が交わされた。

一般講演では皮膚カロテノイド量の測定装置「ベジメータ」を用いた研究3演題が発表された。「ベジメータ」は米国特許の反射分光法で皮膚カロテノイド量を10秒で測定でき、結果は0～1200のスコアで表示される。メラニンやヘモグロビンの影響を受けず、血漿（けっしょう）カロテノイド濃度と強く相関し、再現性に優れる。

尾花明聖隷浜松病院眼科部長は、聖隷健診センターと共同で行った人間ドック受診者を対象にした皮膚カロテノイド量の測定結果を解説し「肥満度、BMI、体脂肪、腹囲と有意に相関し、カロテノイド量が低いのは喫煙者、肥満者、女性より男性。高齢者や運動、睡眠、飲酒、食習慣などで健康志向の高い人はカロテノイド量が高い」と述べた。「日本人に増えている眼の加齢黄斑変性症の原因は老化や光酸化ストレス、食生活、喫煙などで、眼の黄斑色素の減少が認められる。黄斑色素の成分はルテインなどのカロテノイドで、その主な摂取源である野菜の摂取量を『ベジメータ』で測定し“見える化”することで、野菜の摂取不足を認識し、摂取増大、食事バランスの適正化といった行動の継続的改善が期待できる」と述べた。

岡田恵美子国立健康・栄養研究所栄養疫学・食育研究部主任研究員は、食品の摂取状況を簡便かつ客観的に評価できる指標の必要性を述べ、東京都と山梨県で実施した「ベジメータ」の測定から「皮膚カロテノイド量測定の結果は、自己申告による野菜摂取状況と合致した。また、多くの疫学研究で知られている野菜・果物の摂取量、20代で低く、60～70代が高い属性とも一致し、山梨県は東京都より高く地域差がある」と報告した。

武内治郎兵庫医科大学臨床疫学助教は、「小児において野菜や果物を食べる習慣は生活習慣病やアレルギー疾患予防に有効とされてきた。小学5年生315人の食事調査と皮膚カロテノイド測定結果を解析したところ、緑黄色野菜と果物をよく食べる習慣を持つ子どもは、皮膚カロテノイド測定値が高く、肉、インスタント麺では負の関連が認められた。成人同様小児も皮膚カロテノイド測定は意義があると判明した」と結んだ。（高木直子）

Copyright © 日本食糧新聞社