

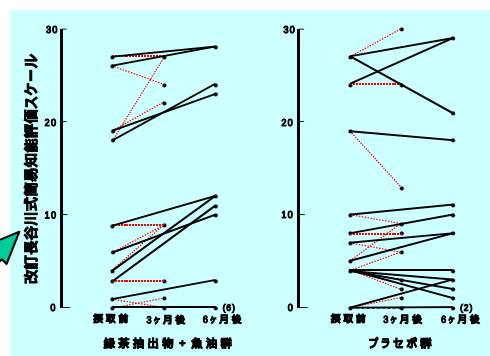
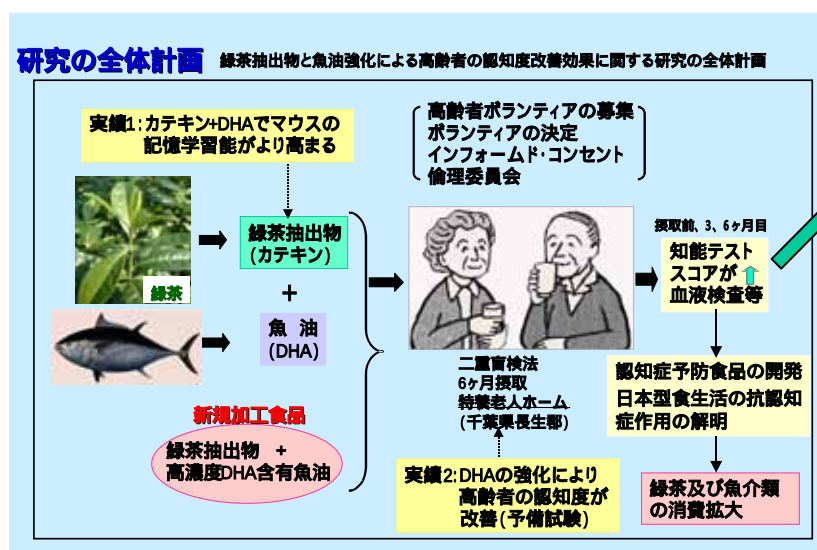
# 高齢者の知的機能を維持向上する食品

## - 緑茶抽出物と魚油の摂取による高齢者の認知度の改善 -

### 技術の特徴

- ・緑茶抽出物0.5gと魚油3gを毎日、6ヶ月間高齢者が摂取することで認知度が向上することを検証。
- ・緑茶と魚介類という日本型食生活の特徴が高齢者の知的機能に役立つ可能性を初めて実証。

### 研究の内容



改訂長谷川式知能評価スケールにおける  
得点の変化(6ヶ月目 - 摂取前)の合計

|           | 緑茶抽出物<br>+ 魚油群 | プラセボ群 |
|-----------|----------------|-------|
| 見 当 識     | 0              | - 2   |
| 単 語 の 復 唱 | + 7            | + 2   |
| 計 算       | + 1            | - 6   |
| 単語の遅延再生   | + 8            | + 3   |
| 記 憶 の 想 起 | + 14           | + 5   |
| 言語の流暢性    | + 10           | + 2   |

### 今後の展開

- ・緑茶抽出物0.5gと魚油3gを含む加工食品を約20品目試作し、これらの加工食品による高齢者の知的機能維持向上効果について明らかにする。

### 参 考

1. 鈴木平光、「DHAの機能と脳への働き」、FOOD Style 21、9巻、5号、49-52 (2005)
2. 鈴木平光、「魚介類に含まれる栄養・機能成分」、食の科学、327号、4-11 (2005)



独立行政法人  
食品総合研究所

代表研究者: 鈴木 平光

所 属: 食品機能部 機能生理研究室

問い合わせ先: 〒305 - 8642

茨城県つくば市観音台2 - 1 - 12