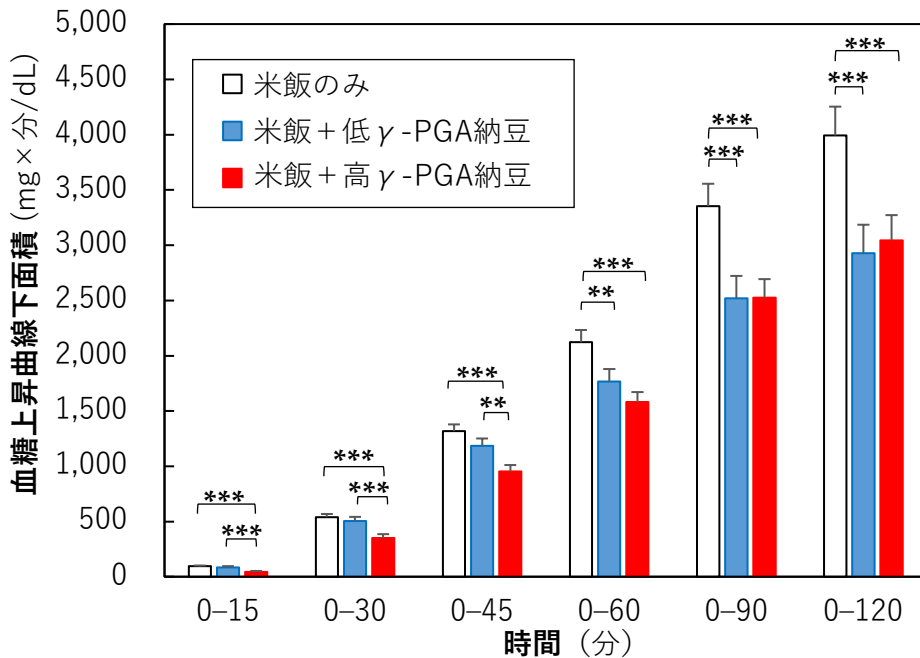


# ヒトを対象とした納豆の機能性評価

## －食後血糖上昇抑制効果の解明－

### 成果の特徴

- 粘り成分であるポリ- $\gamma$ -グルタミン酸 ( $\gamma$ -PGA) を従来品よりも多く含む納豆 [=高 $\gamma$ -PGA納豆] には、この成分をあまり含まない納豆 [=低 $\gamma$ -PGA納豆] に比べて“特に食後の早い段階の血糖値の上昇を穏やかにする効果”があることをヒト試験で明らかにしました。



データは推定平均 ± 標準誤差  
\*\* p < 0.01, \*\*\* p < 0.001.

図. 食後血糖値がやや高めの健常男女36名における各試験食摂取後の血糖変動

「米飯 + 高 $\gamma$ -PGA納豆」を食べた後の血糖上昇曲線下面積 (時間経過にともなう血糖値増加量の面積) は「米飯のみ」の全ての時点 (いずれも p < 0.001)、「米飯 + 低 $\gamma$ -PGA納豆」の0-15, 0-30, 0-45分の3時点 (0-15, 0-30分: p < 0.001、0-45分: p < 0.01) と比べて有意に小さかった

### 成果の活用

本研究成果は、今後、高 $\gamma$ -PGA納豆の機能性表示食品届出の際に、機能性の科学的根拠として活用される予定です。

### 参考

Araki R, Yamada T, Maruo K, Araki A, Miyakawa R, Suzuki H, Hashimoto K (2020) *Nutrients* 12, 2374.

※この研究は、H28～R2年度農林水産省委託プロジェクト「地域の農林水産物・食品の機能性発掘のための研究開発」において、共同研究機関の筑波大学にて実施しました。