



野菜・卵の摂取と、健康の関連を研究

健康的な食生活提案のために 松本市、松本大学と共同で調査

2019年10月17日(木)世界健康首都会議で講演(松本市)

— キューピー株式会社 —

キューピーは、松本市が立ち上げた一般財団法人 松本ヘルス・ラボと学校法人 松商学園 松本大学と共同で、野菜と卵の摂取に着目した健康的な食生活提案のための研究を開始しました。2019年7月には、松本市民を対象とした食生活に関する調査を実施し、2019年10月に、松本大学 廣田直子教授が調査の途中結果を第9回 世界健康首都会議(主催：世界健康首都会議実行委員会、一般財団法人 自治総合センター)で講演します。

キューピーは、2019年に設定した「サステナビリティ目標^{※1}」の中で、サラダとタマゴのリーディングカンパニーとして「健康寿命の延伸に貢献」することを掲げています。具体的には、1日当たりの野菜摂取量の目標値 350g^{※2}の達成に貢献すること、たんぱく質摂取のために卵の消費量アップを推進することです。

今回、健康的な食生活提案の参考にするため、平均寿命が全国トップクラスである長野県の食生活について、松本市、松本大学と共同で研究を開始しました。長野県は野菜の摂取量が全国1位です。そこで、野菜の摂取量と、良質なたんぱく質などさまざまな栄養素を含む卵の摂取量に着目し、調査を実施しました。

※1 キューピーアヲハタニュースリリース 2019年No.3 参照

※2 「健康日本21(第二次)」(厚生労働省)に定める成人1日当たりの野菜の平均摂取量の目標値

今回の研究では、松本市在住の平均年齢66歳(60代、70代が中心)の健康な男女、約150人を対象に食習慣を調査しました(2019年7月実施)。食事調査(簡易型自記式食事歴法質問票)の結果からは、野菜摂取量と卵摂取量は全国平均よりも多いことが分かりました。この研究内容も含め、松本大学 廣田直子教授が2019年10月17日(木)に世界健康首都会議で講演する予定です。今後、野菜と卵の摂取と健康との関連について調査を進め、明らかになった健康的な食生活のあり方を全国へ提案していきます。



被験者へ研究内容を説明する様子

近年、健康寿命の延伸が重要な課題であり、解決には食生活が大きく関わります。キューピーは松本市、松本大学と、野菜と卵の摂取に関する共同研究を進め、健康寿命の延伸へ貢献していきます。

■世界健康首都会議について

世界健康首都会議は、松本市が進める「健康寿命延伸都市・松本」の創造を目指して、産学官が連携し、健康関連産業が支える持続可能な町づくりについて考えるとともに、健康について学び、世界に向けて情報を発信する会議です。2011年以降、毎年1回開催しています。

日程：2019年10月16日(水)、10月17日(木)

会場：松本市中央公民館(Mウイング)

長野県松本市中央1丁目18番1号

主催：世界健康首都会議実行委員会、一般財団法人 自治総合センター

後援：総務省、厚生労働省、経済産業省、スポーツ庁、長野県