

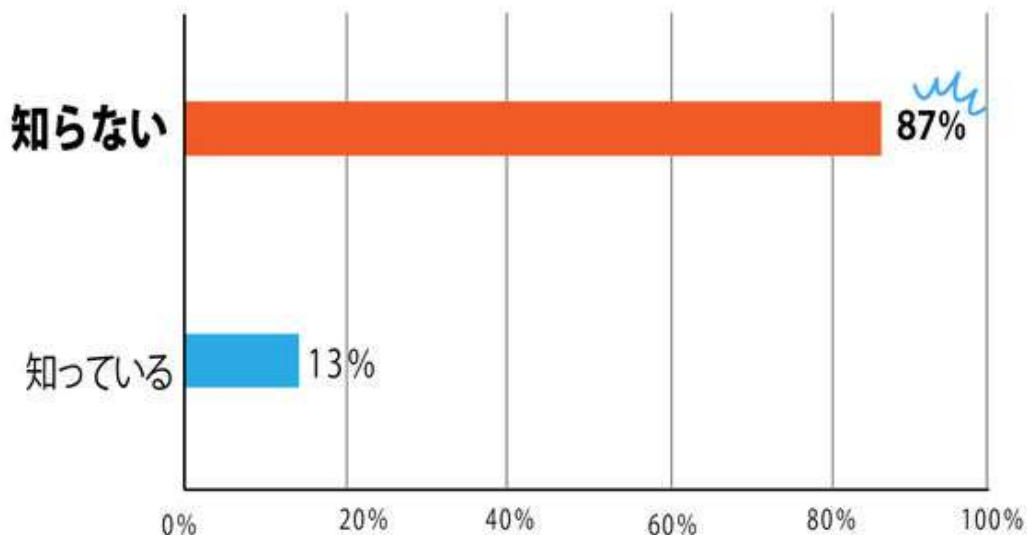
報道関係者各位
プレスリリース

2019年06月13日
株式会社喜界島薬草農園

「知らない」という回答は87% 放置すると体中の大事な血管が痛めつけられる 「血糖値スパイク(食後高血糖)」についてのアンケート結果発表

喜界島で商品の製造販売をする株式会社喜界島薬草農園は、生活習慣と血糖値に関するアンケート調査を実施し、87%が「血糖値スパイク(食後高血糖)」を知らないという結果となりました。

血糖値スパイクを知っていますか?!



血糖値スパイクを知っていますか

■ 血糖値スパイク(食後高血糖)について

そもそも「血糖値」とは血液中の糖分の濃度のことを指し、この数値が一定値より高い状態が続くと糖尿病と診断されます。

食事をすると血糖値が一時的に上がりますが、健康な人の場合、140(mg/dI)を超えることはありません。しかし、血糖値スパイク(食後高血糖)の人の血糖値は、食後、急激に上昇して140(mg/dI)を上回り、急激に正常値に戻ります。こうした血糖値の急激な変化を「血糖値スパイク(食後高血糖)」といいます。こうした血糖値の異常は、糖尿病の初期段階もしくはその一歩手前と考えられますが、食後1~2時間の血糖値を調べない限り気付きにくく、放置すると糖尿病に繋がる可能性が高いと考えられているそうです。

また、血糖値の急上昇が繰り返されると細胞から大量の活性酸素が発生し細胞を傷つけることがイタリアの研究で判明したそうです。このように血管の壁が傷つくと修復しようと集まった免疫細胞によって血管の壁を厚くし、血管の幅を狭めて動脈硬化になってしまいます。さらに、血管の様々なところで動脈硬化が進行すると、やがて心筋梗塞や脳梗塞を引き起こすリスクが高まると考えられています。

■血糖値スパイク(食後高血糖)の原因とは？

血糖値スパイク(食後高血糖)のような血糖値の乱高下は、適切な時間に食事を摂らず、糖質(パンやごはんなどの炭水化物や砂糖がついたお菓子など)の摂り過ぎによって起きると言えます。

■アンケート結果

今回のアンケート調査の結果、この血糖値スパイクを知らない人は87%いることが分かりました。

一方で、血糖値スパイク(食後高血糖)になっている人に現れる症状があると答えた方は少なくとも過半数に達することが分かりました。

【アンケート詳細】

期間：2019年5月17日のみ

対象：男女(Gunosy社運営メディアのユーザー)

人数：104人

■調査結果の詳細

(1) 血糖値スパイク(食後高血糖)を知らない人は87%

放置すると体中の大事な血管が痛めつけられる「血糖値スパイク(食後高血糖)」を知らない人は87%になることが分かりました。

(2) 血糖値スパイク(食後高血糖)の人に現れる、症状を感じる人は少なくとも54%

血糖値スパイク(食後高血糖)の人は食後に、眠気を感じる、イライラと不機嫌になることが多い、集中力・判断力が鈍る等の症状が現れると言われています。調査の結果、食後に特に異常を感じない人は26%にとどまる一方で、複数回答で眠気を感じる人は54%、イライラと不機嫌になることが多い人は8%、集中力・判断力が鈍る人は23%であることが分かり、過半数が感じたことがあるという結果になり、多くの人に血糖値スパイク(食後高血糖)の可能性があることが分かりました。

(3) 血糖値が上がってしまう原因となる睡眠不足を気にしている人は48%、血糖値スパイク(食後高血糖)の対策に興味がある人は61%

血糖値が上がってしまう原因となる生活習慣としては、睡眠不足・運動不足・炭水化物の過剰摂取などが上げられます。調査の結果、複数回答で睡眠不足を感じている人は48%、運動不足を感じている人は43%、炭水化物が好きと答えた人が42%にのぼることが分かりました。合わせて血糖値スパイク(食後高血糖)の対策に興味がある人は61%にのぼり、高い関心がうかがえます。

■ 血糖値スパイク(食後高血糖)を防ぐには？

対策1. 食べる順番は「野菜→肉・魚・おかず→ご飯・パン・麺」

対策2. 朝食を抜くと昼食で血糖値が急上昇! ご飯抜きはやめましょう

対策3. 食後に軽い運動が効果的!

■ 食事前の1杯で手軽に“ゆる血糖値スパイク対策”ができる!

「島の太陽と潮風で育った青汁」

血糖値スパイク(食後高血糖)に高い関心はうかがえるものの、日々の食生活に気をつけたり、適度な運動を継続することはなかなか大変なことです。

青汁でよく使用される難消化性デキストリンは血中に糖が入るのを防ぐだけですが、喜界島産のボタンボウフウのクロロゲン酸は、炭水化物からの糖分解を抑える、分解された糖の吸収を抑える、血中に入った糖を除去するという3つの働きが注目されています。

また、難消化デキストリンはとうもろこしに塩酸を使って分解、酵素反応したり、樹脂を通したりして精製されており天然とは言えないものに対して、ボタンボウフウは喜界島で元気に育った完全な天然植物であり、植物そのものが身を守るために作り出した生き抜く力であるファイトケミカルスを多く含み、様々な病気の原因となる過剰な活性酸素を除去する働きを持ちます。

最近の研究論文ではボタンボウフウがエネルギー代謝を高めて肥満を抑制するといった報告もあるようです。

こういったボタンボウフウの特徴に着目し、「島の太陽と潮風で育った青汁」を開発しました。

手軽に健康の維持や増進、美しさを保つことができる青汁です。

■ 「島の太陽と潮風で育った青汁」の特長

1. 日本初! 糖質制限できる青汁

喜界島産ボタンボウフウ(長命草)“1株食べると1日長生きする”と古くから言い伝えられてきたセリ科の薬草で、パワーベジタブルとも呼ばれて注目されています。喜界島産ボタンボウフウ由来のクロロゲン酸は他産地品に比べて2.5倍含まれており、食後に上がる血糖値を抑える機能が報告されています。「島の太陽と潮風で育った青汁」は機能性表示食品です。

※機能性表示食品 届出番号：D104

2. 無農薬・無化学肥料で育った100%国産(鹿児島県、喜界島産)の素材

無農薬、無化学肥料で育った喜界島のボタンボウフウとゴマ若葉、鹿児島産の大麦若葉、オクラを余計なものは入れず新鮮なうちに加工しました。

3. 様々な料理にアレンジ無限大

クセが無く、熱に強い素材なので、料理やスイーツなど様々なレシピにアレンジが可能です。公式サイトでは、フードコーディネーター梶山葉月さんによるアレンジレシピを公開しています。

■ 商品概要

商品名 : 【送料無料】島の太陽と潮風で育った青汁 30包

喜界島のはちみつプレゼント！

価格 : 3,980円(税込・送料無料)

内容量 : 90g(3g×30包)

原材料名 : 大麦若葉末、ボタンボウフウ若葉末、
デキストリン、オクラ末、ゴマ若葉末

商品ページ : <https://kikaijima.co.jp/html/page3.html>

■ 販売場所

通販サイトのみでの限定販売となります。

喜界島の特産品通販サイト | 島の太陽と潮風 <https://kikaijima.co.jp/>

■ 株式会社喜界島薬草農園について

株式会社喜界島薬草農園は、鹿児島県にある奄美諸島に位置した喜界島にあります。喜界島の農家さんと共にボタンボウフウの栽培をはじめから、このすばらしい自然の力と、ボタンボウフウを多くの人に届けたいとの想いで設立しました。

隆起珊瑚の島ならではの豊富な土壌の力と、徹底的に食の安全を追求した無農薬・化学肥料不使用にこだわり、ボタンボウフウ(長命草)生産と商品開発、喜界島の洗いごまやはちみつの販売なども行っています。

ミネラル豊富な自然のままの農産物を加工し、私たちの生活に欠かせない島の恵みをみなさまにお届けすること、パワーあふれる自然の味をそのままに青い海と珊瑚の島、「喜界島」を多くの人に知ってもらい、日本古来の生活スタイルや食文化を現代にいかすお手伝いを目指しています。

■会社概要

商号 : 株式会社喜界島薬草農園
 代表者 : 代表取締役 石原 健夫
 所在地 : 〒891-6162 鹿児島県大島郡喜界町阿伝1535番地
 設立 : 2013年4月
 事業内容 : 農産物及び薬草栽培並びに農場経営
 地域特産品の研究開発、加工製造販売
 農産加工品の販売
 資本金 : 2,400万円
 URL : <http://yakusonoen.kikaijima.co.jp/>

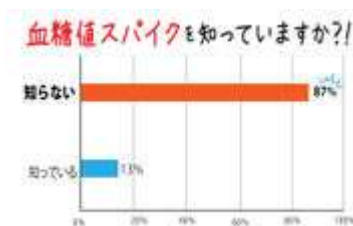
■お客様からの問い合わせ先

contact@kikaijima.co.jp

■プレスリリースに関する問い合わせ先

担当者 : 喜界島薬草農園担当 津島
 電話 : 03-5281-5661
 メール : contact@kikaijima.co.jp

プレスリリース画像



血糖値スパイクを知っていますか？



島の太陽と潮風で育った青汁(1)



島の太陽と潮風で育った青汁(2)



島の太陽と潮風で育った青汁(3)



青汁粉末は溶けやすい顆粒加工



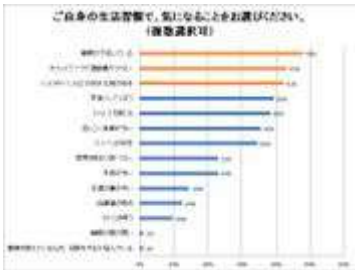
アレンジレシピ 青汁はちみつラテ



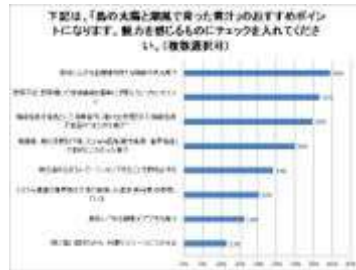
ボタンボウフウ



【アンケート結果】食後どのような状態になりますか。



【アンケート結果】ご自身の生活習慣で、気になることを選択ください。



【アンケート結果】「島の太陽と潮風で育った青汁」おすすめポイント



企業ロゴ