

改善協版

平成十九年度

新春メーカー合同幹部会実施

平成十九年の新春幹部会が去る十九年一月十七日(水)ホテル聚楽において十五時三十分からおこなわれた。

出席は村田会長以下五副会長、八理事及び三相談役のほか、各メーカー六名、各事務局長五名の計二十八名の方々であった。まず村田会長の開会挨拶に始まって続いて小笠原都普協会長、渡辺東乳商理事長の挨拶があった。議題に入り、後述の議題についての説明が山口事務局長から行われた。

なお村田会長から来期の更なる販売店の減少の現実に対して来期の賦課金の見直しをして行こうとの発言がなされた。閉会挨拶を原田副会長が波乱の幕開けだと言う挨拶をされて幹部会を閉会した。

議 題
一、平成十八年度事業
実施報告
二、平成十八年度収支見込について

収支見込については昨年の赤字に対して二十万円の赤字になる見込みである。収入が、販売店の

減を行って、経費の削減を進めているところであります。またパソコンの導入により月間東乳商新聞代減額とパソコンの関係経費を差し引き月間約一万円の経費削減に繋がってゆくことになる。

この後懇親会に移り、牛尾田グリコ牛乳販売事業協同組合理事長の司会で始められ、依田副会長、河野副会長の挨拶があった。長谷川小岩井牛乳協会会長の乾杯で懇親会に入り、関根コーシン会会長の中締めで和やかなうちに会を終了した。



平成十八年度

販売店優良事例表彰について

優良事例表彰については、関東ブロック審査に都代表としてメイトー牛乳村山東部牛乳販売店さんが参加されましたが関東ブロック 優良賞として表彰されました。なお一月の全国審査会におい

て神奈川県代表のミルクネットワーク(有)宮崎牛乳店宮崎貴浩氏が最優秀賞に選ばれ農水大臣賞に輝かれました。関東ブロックとして、二年連続で大臣賞を受賞したことになりました。

都普協版

ミルクのもつ可能性について

最新研究レポート

健康に役立つ栄養豊富な食品として、多くの人に親しまれている牛乳・乳製品。カルシウムが骨を丈夫にするといった栄養面のメリットは大きく知られていますが、その有益なメカニズムについてまだ解明の途中のものも多くあります。このような牛乳のもつ第三次機能について、現在、研究されている注目のテーマを紹介いたします。

「乳糖(ラクトース)による食欲調節メカニズムについて」
乳糖が脂肪吸収を抑え、体重増加を抑制

現在は美容目的だけでなく、生活習慣病予防の観点からも肥満に注意を払う人が増えていす。そうした中で、肥満防止に牛乳・乳製品に含まれる成分やメカニズムが役立つのではと考え、研究が進められているものがあります。

乳糖(ラクトース)の減量・抗肥満効果について、東京都老人医療センター内分泌科 細井部長が行ったマウスを用いた実験では、乳製品に含まれる乳糖が脂肪の多い餌を食べているマウスの脂肪吸収を抑え、体重増加を抑制していることがわかりました。

この実験では普通の餌だけのマウス、普通の餌の一部を乳糖に替えたマウスも調べています。この二つのグループには体重増加などの差は見られませんでした。脂肪の多い餌を食べるマウスだけに、乳糖を与えたマウスだけに、脂肪吸収が抑えられるという働きがみられた

のです。

○生活習慣病の一助にも
実験後のマウスの小腸を調べると、乳糖による脂質代謝の改善がみられました。乳糖が脂肪吸収を妨げるという直接的な作用や、腸内環境の変化といった間接的な作用も影響しているようです。こうした研究により、脂肪分の多い食生活では乳糖が生活習慣病予防に役立つということがわかってきています。

また、乳製品に含まれるカルシウムが肥満に関わるという報告も聞かれます。高脂肪食を与えているマウスのうち、カルシウムを多くとっているグループは、カルシウム摂取が少ないグループのマウスより内臓脂肪量の減少がみられました。カルシウムは骨への影響のほか、肥満抑制効果が期待され、海外の研究では乳製品消費量と体格指数であるBMIに逆相関があることも報告されています。

(東京都老人医療センター 内分泌科部長 細井孝之さんの報告書より)
「牛乳・乳製品に含まれる共役リノール酸の抗肥満効果」
肥満の中でも、内臓脂肪型肥満は特に健康への影響が大きいとされています。そうしたことから、食生活における脂質が見直され、リノール酸入りの食用油などが徐々に登場しています。脂肪酸の中でも必須脂肪酸として発見されたのがリノール酸で、その名のとおり健康に欠かすこ

とできない栄養素です。しかし、体内では合成できないため、食物などから補給するしかありません。エネルギーとして摂取する全体の2〜3%程度はリノール酸が必要とされています。

○共役リノール酸のもつ抗肥満効果を研究
牛乳・乳製品に含まれるものは「共役リノール酸」と呼ばれ、肉などにも含まれる脂肪酸です。牧草中のリノール酸やα-リノレン酸から、乳牛の胃の微生物によって作り出され、乳や脂肪に含まれます。

この共役リノール酸の持つ抗動脈硬化作用や抗がん作用、成長促進作用などは研究が重ねられ、効果が報告されています。また、体の中にタンパク質を増やす作用、抗肥満作用については脂質と肥満の関係から、多くの研究者が関心を寄せています。しかし、効果についての報告はみられませんが、なぜそうした作用がおこるのか、といった根本的なメカニズムについては、まだ研究途中であり、解明されていないのが現実です。佐賀大学農学部食品栄養科学教室では、特に、抗肥満効果のメカニズムの解明に取り組み、研究を重ねています。

今後、食事で摂取する脂肪については、量の問題とともに、質がますます重要な問題となるでしょう。これら関連の研究に期待がよせられています。

(佐賀大学農学部食品栄養科学教室教授 柳田晃良さん報告書より)

便秘によって頭痛肩凝り、不眠、食欲不振、肌荒れや吹き出物などの皮膚疾患などを引き起こすともいわれています。

便秘の原因には運動不足や食物繊維の不足、ストレスなどがあり、対策としては食物繊維をたっぷり含んだ食事を取ることや、朝起きたら、冷たい水分や牛乳を飲むことが胃や大腸反射を促し効果的だといわれます。また、牛乳を日常的に繰り返して飲むことが、乳糖を分解する腸内細菌の量を増やすのだと考えられます。

しかし、牛乳飲用の便秘に対する効果は、今まではあまりデータとして報告されていませんでした。そこで、聖徳大学の江指教授が女子学生を対象に、普段の食事に加えて牛乳を飲んだときの便秘への影響を調べる介入実験を行いました。

実験の結果は牛乳摂取の効果を確認できるものでした。同時に、現代女子学生の運動不足やヤセ志向、ストレスが便秘に影響を与えていること。また食生活におけるエネルギー、カルシウム、鉄摂取量の不足についてもあらためて浮き彫りになるものでした。牛乳・乳製品のもつ、優れた第三次機能は現代人の健康づくりにとって、今後ますます注目される要素でしょう。

(聖徳大学人文学部生活文化学科教授 江指隆年さんの報告書より)

「牛乳摂取が便秘に及ぼす影響に関する介入試験」
○病気面でも気になる便秘対策
牛乳摂取と便秘についての研究も行われています。

欧米型食生活が進み、大腸がなが増加傾向にあります。それらを予防する意味でも便秘を改善することは大切です。また、若い女性で便秘に悩む人が多く、

《参考》
第三次機能：免疫や神経などに働きかけ、生体調節などに役立つこと。タンパク質やカルシウムの摂取など、栄養補給に役立つ機能は第一次機能。味や香りなどは第二次機能。

(Jミルクのホームページで報告書の全文を見ることが出来ます。)