



食物繊維の ウワサ



食物繊維とは？

食物繊維とは小腸で消化・吸収されずに、大腸まで達する食品成分です。はたらきとして、便の体積を増やす材料となるとともに、大腸内の環境を改善する腸内細菌に利用され、これらの菌を増やすことが明らかとなっています。腸内フローラの改善は、「お通じ」「美肌」「**ダイエット**」「**免疫力向上**」「**フレイル予防**」と、さまざまなことに影響します。

しかしながら、日本人の食物繊維平均摂取量は一日あたり14g前後と推定され、減少傾向にあります。(目標量は成人男性21g以上、女性18g以上)まずは一日あたりプラス6gを目標に、主食を玄米ごはん置き換える、豆や野菜の副菜を一品増やすなど、食物繊維を取り入れ『腸活』してみては？





● 食品業者様へ ●

食物繊維の検査について

今注目の食物繊維が、商品にどれだけ含まれているかを表示できれば、健康志向なお客様に、より手に取ってもらえるはず！ 食物繊維は、「食品100gあたり6g以上」含まれている場合、『食物繊維が豊富！』といった**強調表示**ができます。

検査をして強調表示ができるのか、まずは調べてみてはいかがでしょうか？

価 格 : 15,000円 (税別)

検査日数 : 10営業日

検査方法 : プロスキー法 (酵素一重量法)

必要検体量 : 200g



ご不明点等ございましたら、お気軽にお問い合わせください。

TEL:027-269-7405 FAX:027-269-7805

mail:kankyous@gunma-hf.jp