

自分にマッチする腸活が出来ている人は3割だけ！！**ヘルスケアシステムズが『腸活チェック』を使った****2週間腸活チャレンジの結果を発表**

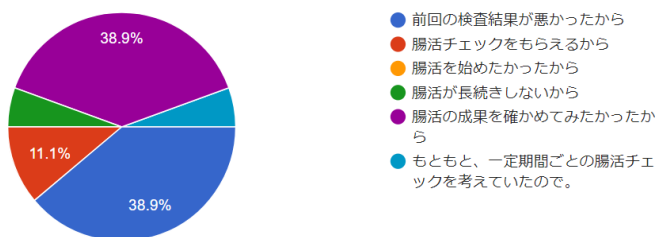
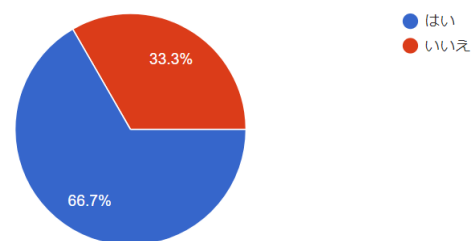
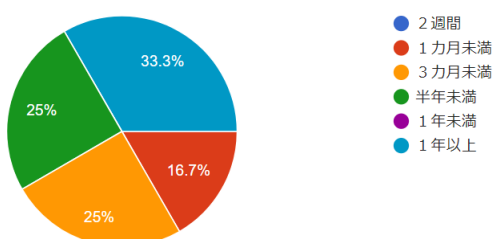
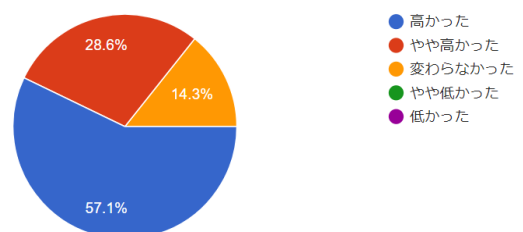
尿や便の郵送検査によって今の自分の体の状態をチェックする検査キットの研究・開発・販売を行う名古屋大学発ベンチャーの株式会社ヘルスケアシステムズ（本社：愛知県名古屋市千種区、代表取締役：瀧本陽介 <https://hc-sys.com>）は、6月～7月の約1カ月にかけて腸内の腐敗物質の量から腸内環境を測る「腸活チェック」を用いた《ヨーグルトで2週間腸活チャレンジ》を行いました。

《ヨーグルトで2週間腸活チャレンジ》

今回のチャレンジはユーザーの生活習慣改善を応援する企画として、すでに『腸活チェック』を利用したことのあるユーザーを対象に募集し、20代～60代の男女21名（男性3名、女性18名）が参加しました。参加者が任意で選んだひとつのヨーグルトを2週間毎日摂取してその様子をLINEで報告するというもの。チャレンジが達成できたらヘルスケアシステムズの『腸内環境検査』（腸活チェック）をプレゼントし、自身の腸内環境を確認して頂きました。

2週間の腸活をやったことある人は6割強。しかし、7割弱は半年以内に辞めてしまっている。

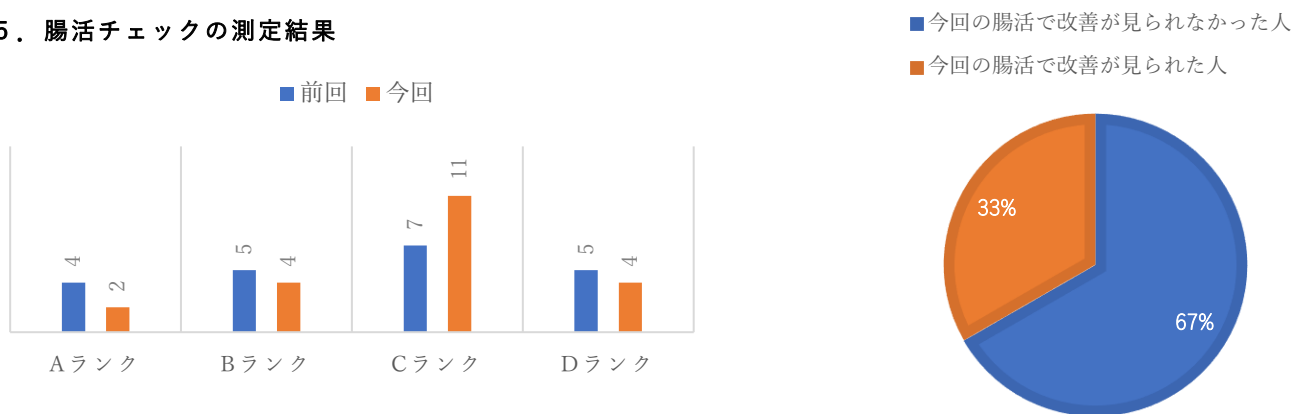
- ・今回のチャレンジに参加した理由を聞いたところ、腸活の成果を確かめてみたい（38.9%）と前回の検査結果が悪かったから（38.9%）の回答が多かった。
- ・参加者の66.7%は、これまでに腸内環境に良い食事や生活習慣を2週間以上毎日続けた経験があった。
- ・腸活を行っていた人で1年以上続けることが出来ている人は33.3%。66.7%は半年以内に断念している。
- ・過去の腸活と比較して今回のチャレンジのモチベーションについて聞いたところ、85%が高いと回答した。

1. チャレンジの参加理由**2. これまでに腸活を2週間以上毎日続けて行ったことがありますか？****3. これまでに2週間以上の腸活をした人の継続期間****4. これまでに行った腸活と今回のチャレンジのモチベーションの比較**

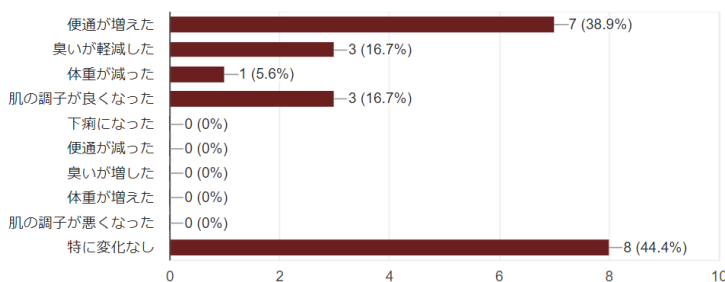
自分にマッチする腸活が出来ている人は3割、7割は合っていない腸活を続けている

- ・今回のチャレンジでは、2週間チャレンジ後に測定。参加者の以前の測定結果と比較したところ、67%の人は今回の腸活では改善は見られなかった。
- ・体感では、2週間のチャレンジでは特にかわらなかった人が44%いた一方、便通が増えた(38.9%)、肌の調子が良くなった(16.7%)、臭いが軽減した(16.7%)と良い変化を感じた人がおり、悪い変化を感じた人はいなかった。
- ・測定結果に対する満足度はやや不満が27.8%、とても不満が16.7%の評価もあったが、今回のチャレンジ後の腸活継続については50%の人が同じ内容で続けたい、27.8%はヨーグルトの種類を変えて続けたい、22.2%は食材を変えて続けたいと回答し、続けないと答えた人はいなかった。
- ・参加者の感想でも、「やみくもにトライするのではなく、腸内環境のチェックが確認できるというのは、大変モチベーション上がる」「チャレンジで使用したヨーグルトは合っていない可能性がわかってよかった」「食事以外の生活習慣も改善して検査したい」等、自分のカラダを知ることで、自分の腸内環境に合ったことを見つけようと行動するきっかけになったという意見が多かった。

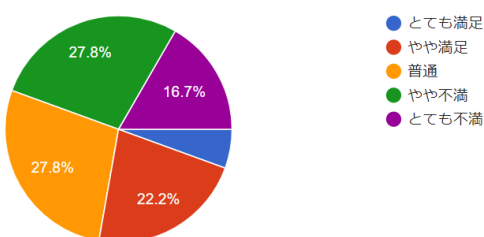
5. 腸活チェックの測定結果



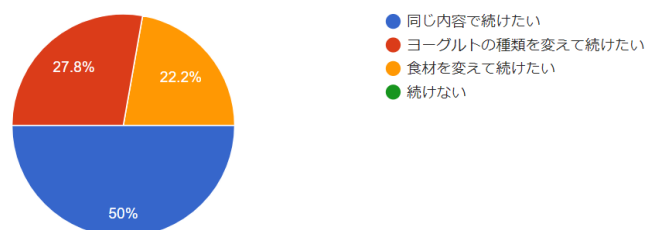
6. 2週間の体感の変化



7. 測定結果に対する満足度



8. チャレンジ後の腸活継続について



2018年7月吉日

株式会社ヘルスケアシステムズ



リビング新聞グループのシンクタンクである株式会社リビング暮らしHOW研究所が実施した2018年春のアンケートによると、腸内環境の改善のため日ごろから何らかの腸活を行っていることがある人は約7割という結果が出ています。このチャレンジは、腸活をしている人の多くは自分にマッチしていないまま続けている可能性があることを示せた試みとなりました。

今回は、より楽しく習慣づけできるよう摂取量の制限など厳しい条件は特に設けておらず、満足のいく結果が得られなかった方もおります。この場合も、摂取量や期間等の条件を変えることで改善が期待できるものと考えます。弊社では、この結果を元に引き続き、より腸内環境の改善につながるようなチャレンジを企画してまいります。

※今回のチャレンジは、参加者に自由に選んでいただいたヨーグルトをふだん食べていらっしゃる量で2週間継続いただき、摂取量の統一や生活習慣の制限は行っておりません。また腸内環境の指標は尿中インドキシル硫酸値を指標としており、腸内環境の変化すべてを反映したモノではございません

■ヘルスケアシステムズの『腸内環境検査』(腸活チェック)について

腸内環境検査は2017年の秋に発売され、尿中に排出された腐敗物質と呼ばれるインドキシル硫酸の量をみる検査です。腸内のインドール産生菌によって作られたインドールが多くなると血管や内臓にダメージを与えたり、体臭や口臭の元になったりします。腸内環境が悪くなるとインドールの量が増える為、腸内環境を評価する指標として使われており、このインドールが体内で変換されインドキシル硫酸として尿中に排出されます。



弊社では、このようなチャレンジキャンペーンにご賛同いただけるスポンサー様を随時募集しております。

ヘルスケアシステムズは、腸内環境検査に限らず、今後も弊社の提供する郵送検査キットサービスを、様々な業種・業態の企業様に提供し、『世界をもっと楽しく健康に』を企業理念に掲げ、皆様の未来の健康の一翼を担えるよう努力して参ります。

■株式会社ヘルスケアシステムズ

設立：2009年3月

代表者：瀧本陽介

本社：〒464-0858 愛知県名古屋千種区千種2-22-8 名古屋医工連携インキュベーター105

東京：〒105-0004 東京都港区新橋4-6-15 日新建物新橋ビル7F

業務：生体試料、食品成分の受託分析、検査システムとバイオマーカーの研究開発、食品・化粧品の機能性評価と開発支援

URL: <http://hc-sys.jp> <https://karadacheck.com>

問い合わせ：(株)ヘルスケアシステムズ 広報：大澤、高実子(たかじつこ) pr@hc-sys.jp