令和８年１１月２５日(水)陸奥新報（１面）

摂取栄養 評価システムで高得点

メタボ、ロコモ低リスク

食品大手の味の素（本社東京都）は、弘前大学との共同研究で、一日の食事の栄養バランスを科学的に評価する同社開発の栄養プロファイリングシステム「ＡＮＰＳ－Ｄａｙ」の点数が高い人ほど、メタボリック症候群（メタボ）とロコモティブシンドローム（ロコモ、運動器症候群）の３年以内の発症リスクが低いことを明らかにした。同大が主導する「岩木健康増進プロジェクト」（岩木健診）の健康ビッグデータの解析成果。健康寿命延伸につながる食生活の見直し、栄養改善を支援する指標として、同システムの活用が期待される。（稲葉智絵）

味の素開発、弘大と共同研究

岩木健診のデータ解析 食改善 指標に



境 俊二 研究員



有馬継士郎 研究員

研究成果は、10月に宇都宮市で開かれた「第47回日本肥満学会・第44回日本肥満症治療学会学術集会」などで報告した。

近年、生活習慣病、不足栄養、過剰栄養など食とライフスタイルに起因する健康課題が世界中で増大。解決には食生活の栄養バランスの改善が重要とされ、各国で食品や食事に含まれる栄養素の量を科学的に評価、数値化する栄養プロファイリングシステムの開発、活用が進んでいる。

同社は２０２０年４月、弘前大に健康増進、栄養改善への貢献を図る共同研究講座を開設し、同５月には自社製品の栄養価値を評価する同システムを開発。一汁三菜が基本構成とされる日本の食文化、健康課題を踏まえ、たんぱく質・野菜量・飽和脂肪酸・ナトリウムの４項目を評価対象とし、21年に料理1品、25年に1食分（1回の食事）、今年6月に一日の食事全体の栄養バランスを点数化するシステムを構築。評価内容の拡充を図ってきた。

研究では、同社食品研究所の有馬継士郎研究員と境俊二研究員が中心となり、ＡＮＰＳ－Ｄａｙの点数と、メタボ、ロコモの将来の発症リスクとの関連を検証するため、岩木健診で蓄積された健康ビッグデータを解析。メタボでは15、16年の非メタボの参加者８９０人を対象に、腹囲や血圧、運動習慣、過去1カ月間の食品摂取頻度と食習慣に関する質問票（ＢＤＨＱ）などを分析。ロコモでは15～19年の非ロコモの参加者８４８人の立ち上がりテスト、ロコモアンケート、ＢＤＨＱなどを分析した。

その結果、メタボ、ロコモいずれもＡＮＰＳ－Ｄａｙの点数が高い人ほど、３年以内の発症リスクが低いことが分かった。さらに、目標点となる目安がメタボ78点以上、ロコモ74点以上であることが示された。

有馬研究員は24日の本紙取材に「岩木健診で長年蓄積された健康ビッグデータにより、健康寿命延伸につながる大きな成果を出すことができた」と喜び、「栄養プロファイリングシステムに関する科学的根拠を積み重ねるなど研究を深めるとともに、栄養価値の高い商品開発に注力していく」と力を込めた。

弘前大の村下公一副学長は「社会的意義の高い研究成果となった。ＡＮＰＳ－Ｄａｙなどを活用することで、メタボ・ロコモ予防のためのより実践的で効果的な栄養改善の提案が展開されるだろう」と期待を寄せた。