

# トマトジュースの効用は...

カゴメ株式会社(東京都中央区日本橋二丁目2-1)の「カゴメ・リコリン」は、トマトジュースの濃縮液が主成分中の「カロテノイド」の蓄積作用が認められている。また、2002年、2003年の第29回日本食品衛生学会で発表している。

内容：岡山大学の松本孝子、京都大学の共同研究を行い、岡山県の赤松山地区で平成13年9月20日から10月20日まで、約1ヶ月間の期間、トマトジュースを毎日飲んでもらった。

飲用方法は、トマトジュースを毎日一本、二本、三本(各約100ml)に分けて、各々1日3回の人にはリコリンジュースを毎日一本飲んでもらった。

飲用前と飲用後の両方のカロテノイド(リコピンおよびβ-カロテン)の増加量が大きく、トマトジュースの飲用はカロテノイドの蓄積作用があるといふことが判明している、というわけ。

また、飲用後のアンケートにおいては、「便秘改善など、体調がよくなった」という回答も多かった。という趣きも述べられた。という趣きも述べられた。という趣きも述べられた。

また、リコピンをはじめとする...

## 学会で発表 改善栄養がカゴメ

る傾向が観察された。これら多く食われていた...

飲用の平均に効果があつて、このように、カロテノイドは化合物の一種として、自然物に多く含まれていて、人はカロテノイドを生合成することができない。そのため、目覚め取っている量から体内に取り入れ、利用している。そこで日常的に飲用させているトマトジュースを用いて

## 蓄積カロテノイドが血清中に

カロテノイドの蓄積作用を評価するために、血清中のカロテノイドの蓄積効果を実験的に検証した。実験結果、トマトジュースを毎日一本飲んでもらった場合、β-カロテンとリコピンの蓄積作用が認められた。また、飲用後のアンケートにおいては、「便秘改善など、体調がよくなった」という回答も多かった。という趣きも述べられた。という趣きも述べられた。

表1 血清中のカロテノイド含量 (単位: μg/ml)

試料	β-カロテン	リコピン	ルテイン	ゼアキサンチン
トマトジュース 前	46.9	29.5	56.9	529.1
トマトジュース 1本 後	104.0	70.9	87.7	810.5
トマトジュース 2本 後	57.1	31.4	0.8	517.5
トマトジュース 前	23.1	25.1	25.2	305.2
トマトジュース 1本 後	72.1	62.3	69.0	511.1
トマトジュース 2本 後	49.0	26.2	-0.2	4.9
トマトジュース 前	41.4	28.9	64.3	817.4
トマトジュース 1本 後	37.3	19.8	58.1	559.1
トマトジュース 2本 後	32.9	7.9	-8.2	341.7
リンゴジュース 前	16.2	24.9	24.6	423.1
リンゴジュース 1本 後	22.9	21.4	93.0	813.5
リンゴジュース 2本 後	-12.3	-2.5	34.4	-0.0

表2 体調の改善に関するアンケート

	トマトジュース 1本(回答数)	トマトジュース 2本(回答数)	トマトジュース 3本(回答数)	リンゴジュース 1本(回答数)
便秘改善	1	2	0	0
疲労回復	1	1	0	0
体質改善	10	5	3	0
肌がすべすべ	1	0	1	0
肌の目覚め	1	1	0	1
肌がきれい	1	2	0	0
肌のくすみ	1	2	0	0
その他	1	2	1	0

注：複数回答あり。

(二日二本飲、三本飲、五本飲)で、β-カロテンとリコピンの蓄積作用が認められた。また、飲用後のアンケートにおいては、「便秘改善など、体調がよくなった」という回答も多かった。という趣きも述べられた。という趣きも述べられた。

## 蓄積カロテノイドが血清中に

カロテノイドの蓄積作用を評価するために、血清中のカロテノイドの蓄積効果を実験的に検証した。実験結果、トマトジュースを毎日一本飲んでもらった場合、β-カロテンとリコピンの蓄積作用が認められた。また、飲用後のアンケートにおいては、「便秘改善など、体調がよくなった」という回答も多かった。という趣きも述べられた。という趣きも述べられた。

## ガンや心臓疾患予防にも一役

また、血清中のβ-カロテン濃度も高くなり、β-カロテンの蓄積作用が認められた。また、飲用後のアンケートにおいては、「便秘改善など、体調がよくなった」という回答も多かった。という趣きも述べられた。という趣きも述べられた。