

第3回B-ROPs研究会開催 「ベジメータ」4演題発表

総合 セミナー・催し 2021.08.18 12277号 03面



「ベジメータ」の測定風景と結果画面イメージ



スーパー店頭で設置された「ベジメータ」測定の様子（イトーヨーカドー グランツリー武蔵小杉店、7月）

レドックス・酸化ストレス・フィトケミカルズ生体計測研究会（B-ROPs研究会、代表＝谷戸正樹・島根大学医学部教授）は7月30日、「第3回B-ROPs研究会」を島根大学医学部出雲キャンパスとオンラインのハイブリッドで開催した。疾病と身体の酸化や糖化に関する11の講演が行われた。うち4演題が、皮膚カロテノイド量を測り野菜摂取量を数値化する装置「ベジメータ」を用いた研究で、眼病やメタボリックシンドロームとの関連や、野菜摂取状況の可視化で改善を促す取り組みなどが発表され、参加した研究者らが意見を交わした。

ベジメータは米国特許の圧力媒介反射分光法で、手の指にLED光を当て10秒で皮膚カロテノイド量を測定し、野菜摂取状況を0～1200の数値で評価する。野菜摂取量とは全く関係のないヘモグロビンやメラニン色素の影響を受けず、皮膚のカロテノイド量のみ正確に測れる。

島根大学医学部眼科学講座の高柳佑士医員は、19～20年に静岡県内の聖隷検診センターで行われた1812人の皮膚カロテノイド量測定の結果を後方視的に解析。結果、皮膚カロテノイド低値はメタボリック症候群に関係し、男性、喫煙、脂質代謝異常、特にHDLとも正の相関があると説明。

「皮膚カロテノイド測定は簡便で、検診など大規模集団における予備群のスクリーニングに有用」と語った。

お茶の水女子大学大学院の外園海稀氏は、20年に横浜市港南区役所職員（289人）を対象にベジメータを使ったセルフモニタリングによる野菜摂取量増加プログラムを実施し、「どのような属性の対象者においても有効であり、測定回数が多いほど改善の度合いが大きい」と説いた。

昭和女子大学生生活科学部健康デザイン学科の黒谷佳代専任講師は19年、東京都内2カ所の子ども食堂利用者を対象に、ベジメータ測定と自記式質問紙調査を実施。ベジスコア、野菜料理摂取量とも、親子間で正の相関があり、ベジスコアは保護者より、給食を食べている子の方が高値だった。親子の食事の類似性は先行の食事調査で明らかだが、客観的指標のベジスコアでも確認されたと説明した。

聖隷浜松病院の尾花明眼科部長は「高齢化と光環境や食生活の変化により、日本人に加齢黄斑変性症が増えている。目の黄斑色素成分・カロテノイドの供給源である野菜の摂取量を、ベジメータで可視化し、野菜不足を解消して食習慣を改善することは、目をはじめ、認知症やメタボの予防など、今後の研究の深化が期待される」と語った。（高木直子）

Copyright © 日本食糧新聞社