

2025年5月28日

報道関係各位

バイオジェン・ジャパン株式会社

5月30日はWorld MS Day
120名超のMS当事者の声から生まれた料理集
有名料理家が提案する「手間抜き」レシピを公開

バイオジェン・ジャパン株式会社(本社:東京都中央区、代表取締役社長:傳 幸諭、以下バイオジェン・ジャパン)は、毎年、5月30日のWorld MS Dayに、多発性硬化症(MS)の疾患認知向上活動を展開しています。今年は「食」をテーマとし、MS当事者のお料理の困りごとを解決する“手間抜き”レシピの開発に取り組みました。MS当事者への事前アンケートの回答に基づき、有名料理家の方々に開発いただいたレシピを、バイオジェン・ジャパンのウェブサイト「MSサポートナビ」に、本日公開いたしました。

<https://www.ms-supportnavi.com/patient-testimonials/world-ms-day/wmsd2026.html>



【レシピ開発に協力いただいた料理家の方々】



ぐっち夫婦さん



栗原心平さん



山本ゆりさん



まるみキッチンさん

【MS当事者への事前アンケートについて】

2026年のテーマである料理に関して、MS当事者への困りごとのアンケートを実施しました。

アンケート実施概要

■対象： 多発性硬化症(MS)当事者124名(有効回答)

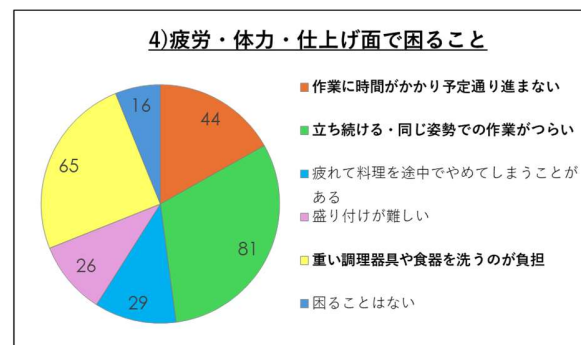
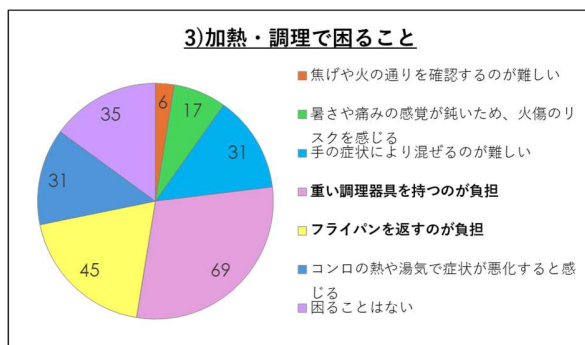
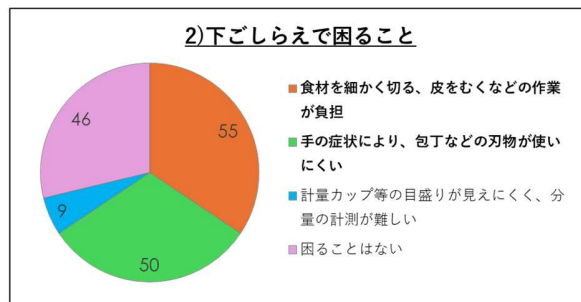
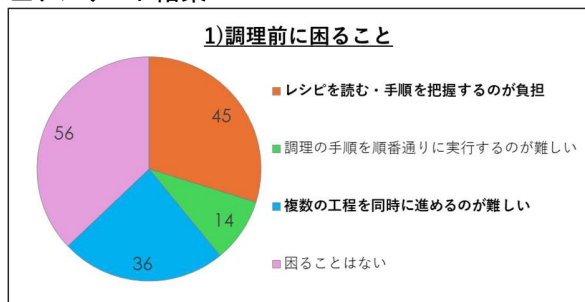
■回答方法： MS当事者団体であるNPO法人 MSキャビンに協力いただき、アンケートフォーム(Microsoft Forms)のURLを共有し、個人が特定できないよう匿名で回答いただいた。

■実施期間： 2026年3月11日(水)～27日(金)

■アンケート項目：

- 1) 調理前の困りごと(複数選択可)
- 2) 下ごしらえの困りごと(複数選択可)
- 3) 加熱・調理の困りごと(複数選択可)
- 4) 疲労・体力・仕上げの困りごと(複数選択可)
- 5) その他、自由コメント

■アンケート結果：



- 1) レシピを読んで手順を把握したり、複数の工程を同時に進めるのが難しいといった声が寄せられた。
- 2) 手や目へのMSの症状により、包丁を使って切る作業や皮をむく作業などが負担になっている。
- 3) 重い調理器具を持ったり、フライパンを返すのが負担。また、症状により、熱などでMSの症状が悪化する(ウートフ徴候)ことが負担となっているという声が寄せられた。
- 4) 立ち続けでの調理が負担となる、調理で疲れる、作業に時間がかかったり、予定どおりに進まないことも負担。また、調理器具や食器を洗うのも負担になるという声が寄せられた。

アンケート結果を、4組の料理家の方々に提示し、困りごとを解決する“手間抜き”レシピを考案いただきました。また、4月末には、ぐっち夫婦さんのご協力をいただき、考案いただいた料理(2品)を、5名のMS患者さんに実習・実食していただきました。実習の際の動画も、「MSサポートナビ」に掲載しています。



本企画の医療監修をしていただいた、地方独立行政法人東京都立病院機構 東京都立荏原病院 脳神経内科部長の野原千洋子先生は次のようにコメントしています。

「MS当事者の方からは『火を使いながら調理をするのがつらい』、『凝った料理を作るのが好きだったのに、今は簡単にできる料理になってしまった』といった料理の困りごとをよくお聞きします。今回の“手間抜き”レシピでは、フライパンも複雑な調理器具も使わず、工程を簡略化しながらも味がすごく良いというのに驚きました。そして料理教室で皆さん楽しそうに料理をされていたのがとても印象的でした。『お料理しなければいけない』、『なんとかしなければいけない』と追い詰められてしまう方が多いですが、今回の料理をきっかけに『～したら楽しい！』を感じていただけると嬉しいです」。

毎年5月30日は、MSの認知度向上などを目的にMS世界連合と世界各国のMS協会により制定されたWorld MS Day(世界多発性硬化症の日)です。バイオジェン・ジャパンは、MSを一人でも多くの方に正しく理解いただくことを目的に様々な啓発活動を継続的に展開しています。

【公開ウェブサイト】

多発性硬化症ナビ(バイオジェン・ジャパン運営サイト)

<https://www.ms-supportnavi.com/patient-testimonials/world-ms-day/wmsd2026.html>

多発性硬化症について

MSは慢性進行性神経疾患であり、認知機能、心理社会的機能及び身体機能に影響を及ぼし、中枢神経系における炎症、ミエリン破壊、オリゴデンドロサイトの細胞死、軸索損傷およびその後の神経細胞の喪失を特徴とする自己免疫疾患です。MSの有病率は人種間および地域間で差があり、日本における推定有病率は欧米諸国の10%程度と報告されています¹⁾。日本でのMS患者数は増加傾向にあり²⁾、罹患率は10万人当たり10.8～14.4人と報告されています³⁾。

MSは、手足のしびれ、感覚機能や判断力の低下など患者さんによって症状が多様で診断が難しく、疾患としてもまだまだ理解が進んでいないのが現状です。2017年にバイオジェン・ジャパンが「全国多発性硬化症友の会」と共同で実施した調査⁴⁾によると、最初にMSと思われる症状が現れてから、確定診断されるまでに平均3.7年、3つの医療機関を受診しているということが示されました。また、一見しただけでは病気であるとわかりづらいため、周囲の理解が得られず、就労や日常生活で困難が強いられることもあります。

バイオジェン・ジャパンは、MSとともに生きる方々を中心とした疾患啓発活動を通じて、一人でも多くの方にMSという疾患について、また当事者の方々が抱えている課題を知っていただくことで配慮や支援につながり、MSになってもその人らしい生き方ができる社会づくりの一助となることを願っています。

バイオジェンについて

1978年の創立以来、バイオジェンは世界をリードするバイオテクノロジー企業で、患者さんの人生を変革し、株主や私たちのコミュニティに価値をもたらす新薬をお届けするために革新的なサイエンスを開拓しています。私たちは優れた治療アウトカムをもたらすファースト・イン・クラスの治療薬や治療法を推進するために、人類の生物学に対する深い理解を応用し、異なるモダリティを活用します。私たちは長期的な成長をもたらすために投資利益率のバランスを考慮した上で、果敢にリスクを取るというアプローチを採択しています。

投資家の皆さんにとって重要な情報についてはバイオジェンのウェブサイト www.biogen.com に定期的に掲載しています。当社の SNS 媒体 [Facebook](#), [LinkedIn](#), [X](#), [YouTube](#) もご覧ください。

バイオジェン・ジャパンは、米国バイオジェンの日本法人です。世界で有数の歴史のある独立系バイオテクノロジー企業の日本法人として、日本では 2000 年より事業を展開しています。日本の患者さんにも革新的な医薬品やより良い治療環境を提供すべく活動を展開しています。

バイオジェン・ジャパンに関する情報については、<https://www.biogen.co.jp/>、および SNS 媒体 [Facebook](#), [X](#), [Instagram](#), [YouTube](#), [LinkedIn](#), [LINE](#) をご覧ください。

1) 堀内泉, 吉良潤一. 多発性硬化症. 田村晃, 松谷雅生, 清水輝夫編. EBMに基づく脳神経疾患の基本治療指針. メジカルビュー社; 2002:276-79

2) 公益財団法人難病医学研究財団: 難病情報センター 特定疾患医療受給者証所持者数 <http://www.nanbyou.or.jp/entry/1356>

3) Kinoshita M, Obata K, Tanaka M. Latitude has more significant impact on prevalence of multiple sclerosis than ultraviolet level or sunshine duration in Japanese population. *Neurol Sci.* 2015;36(7):1147-51.

4) バイオジェン・ジャパン株式会社 多発性硬化症の患者さんの実態調査 (2017年5月30日発表)

https://www.biogen.co.jp/ja_JP/news-insights/japanaffiliatenews/2017-05-30-news.html

報道関係者お問合せ先

バイオジェン・ジャパン株式会社

コーポレートアフェアーズ本部

本部長 三井 貴子

TEL : 03-3275-1745 Email : Japan-PA@biogen.com

携帯 : 070-1501-4315

Biogen-289249