

## 大豆の機能性成分：β-コングリシニンとは？

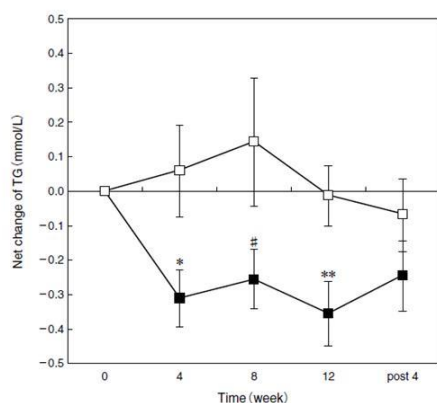
野菜花き試験場

大豆は、「畑の肉」と呼ばれるほど蛋白質に富み栄養的に優れた食品であることは良く知られています。そればかりでなく、生活習慣病予防に効果のある機能性成分を豊富に含むことから、健康食品としても注目されています。有用な機能性成分の中で、蛋白質の仲間のβ-コングリシニンという成分があり、血液中の中性脂肪の低下や体脂肪の上昇抑制といった効果が明らかになっています。当場は既存品種に比べβ-コングリシニンを1.5~2倍含有する「ななほまれ」を育成し、新規需要に向けたプロジェクトに参画しています。このプロジェクトはβ-コングリシニン含量の高い大豆の生産と豆乳や大豆フレーク等の食品化を進めるものです。国内には約2200万人の脂質異常症者が存在するといわれており、メタボリックシンドローム対策として、機能性に優れた高β-コングリシニン大豆食品の商品化に期待が寄せられています。

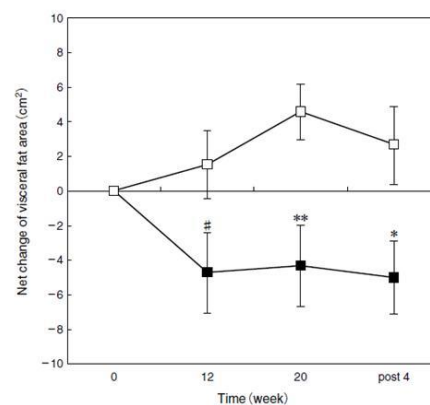


写真右はβ-コングリシニン含量が高い大豆品種「ななほまれ」  
左は「タマホマレ」

グラフの下(■)は、β-コングリシニン摂取者、上(□)は対照(カゼイン摂取)者の体内脂肪の変動。1日5gの大豆β-コングリシニンの摂取で、血中中性脂肪が減少し、内臓脂肪量も低減することが知られています。



血中中性脂肪の変化



内臓脂肪量の変化

Kohno et al. (2006) を改変

担当者

岡本 潔

電話番号

0263-52-1148

[知って納得コーナーに戻る](#)  
[野菜花き試験場に戻る](#)