

## ＜乳酸菌の摂取実態把握調査＞

**週1回以上、乳酸菌が含まれる食品を摂取している人の中で、  
乳酸菌の効果を明確に感じているのは1～2割程度という結果に！  
腸内環境に直接働きかける「乳酸菌生産物質」の認知度は5割程度**

この度、株式会社バイオフィローラ研究所（本社：京都府京都市上京区杉若町674、代表取締役社長：財木由美子）は、週に1回以上、乳酸菌が含まれる食品を意識して摂取している18歳以上の男女を対象に乳酸菌の摂取実態と効果感を把握するためにインターネット調査を実施しました。

### ＜乳酸菌の摂取実態調査サマリー＞

#### ■ 乳酸菌を意識的に摂取する食品としては、サプリメント、乳酸菌飲料、ヨーグルトが多い。

- ・乳酸菌が含まれる食品摂取頻度として、週1-2回以上摂取されているのは「味噌」「ヨーグルト」が6～7割。
- ・乳酸菌を意識的に摂取するための食品として「サプリメント」「乳酸菌飲料」が5～6割、「ヨーグルト」は4割強。

#### ■ 乳酸菌には腸内環境を整えることを期待しているが、実際に効果を感じているのは1～2割程度に留まる。

- ・乳酸菌を摂取することで期待する効果については、乳酸菌全体では「胃・腸内環境を整える」が8割。
- ・乳酸菌に対して、どの程度効果を感じているかについては、乳酸菌全体では「効果を感じている」は1割。
- ・意識的に摂取している「サプリメント」「乳酸菌飲料」「ヨーグルト」においても「効果を感じている」は2割前後。

#### ■ 乳酸菌の特徴認知については、デメリット面での認知理解が少ない。

- ・乳酸菌が含まれる食品などに関する認知はあるが、乳酸菌は摂ってもカラダの中を通過していくことや乳酸菌だけ摂っていてもあまり意味が無いことなどのデメリットに関する認知は5割未満。

#### ■ 乳酸菌生産物質については一定の認知はあるが、効果や特徴、働きなどの内容理解は少ない。

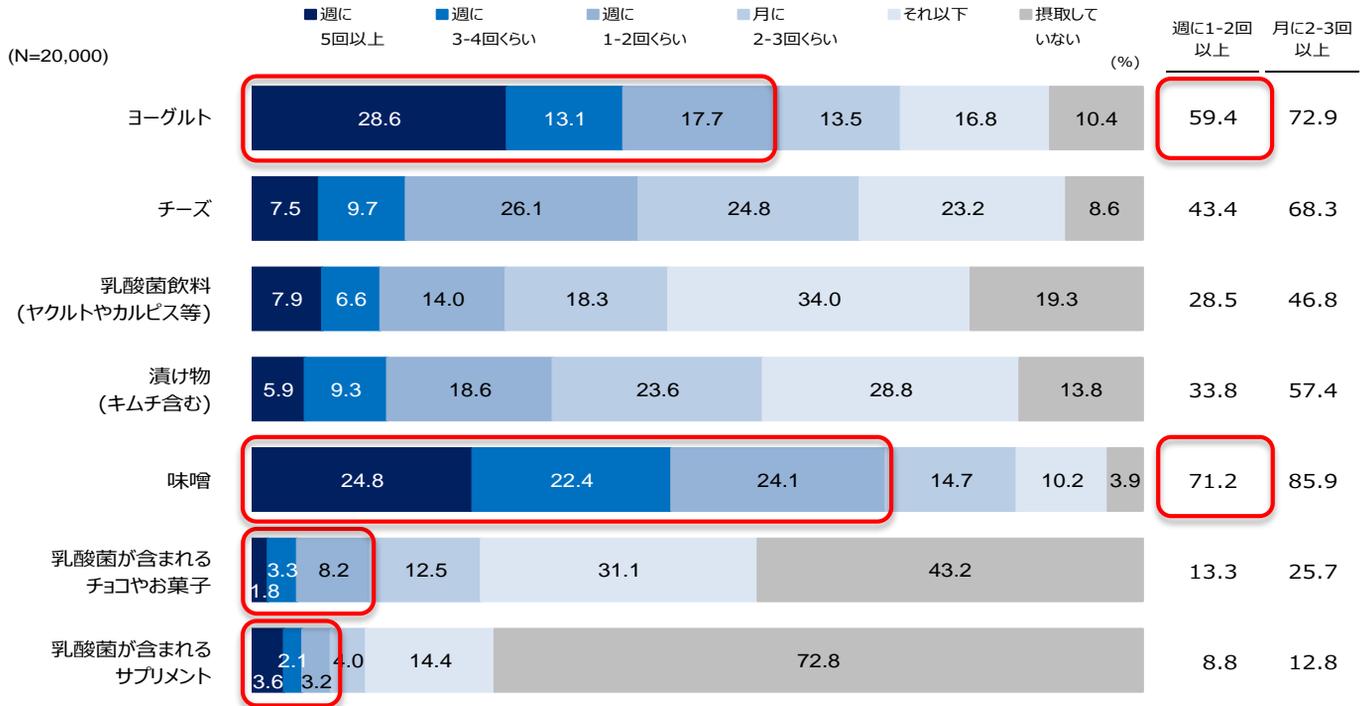
- ・腸内でビフィズス菌などの善玉乳酸菌が作りだしている“物質”である乳酸菌生産物質の認知度は5割程度。
- ・腸内での環境変化に強く、身体に直接働きかけ腸内環境を整えるなどの内容理解は2割程度。

### ＜調査結果からの考察＞

胃や腸内環境を整えるために意識して乳酸菌が含まれる食品を摂取しているが、明確に効果を感じている人は限定的という結果に。その理由として、乳酸菌の特徴やデメリット面、乳酸菌生産物質に関する内容理解が低い。これらの結果から、乳酸菌を摂取することが目的となっており、腸内環境を整えるための効果的な摂取が出来ていない可能性がある。

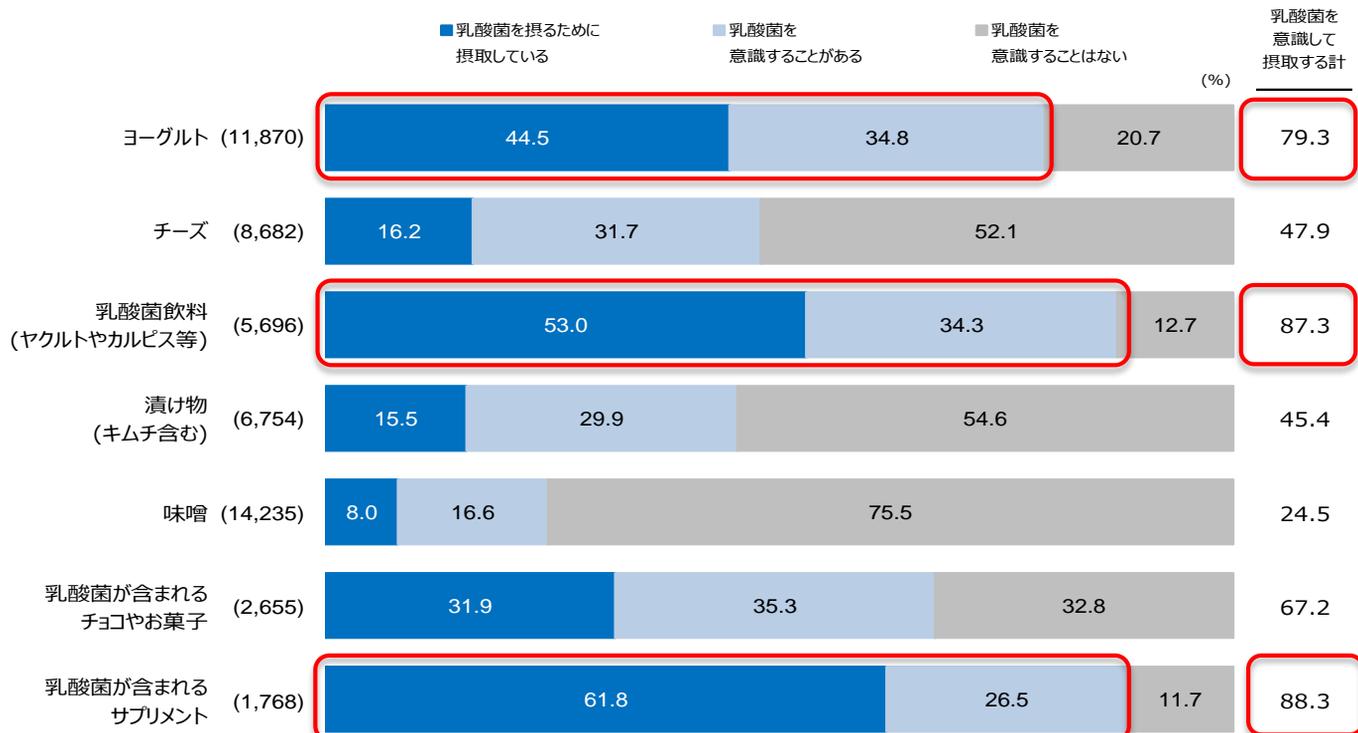
# <参考> 乳酸菌の摂取実態把握調査

● 普段の食生活における以下の食品(商品) の摂取頻度については、味噌、ヨーグルトで週に1-2回以上の摂取率が6〜7割と高い。「乳酸菌が含まれるチョコ・お菓子」「乳酸菌が含まれるサプリメント」は1割前後にとどまる。



● 週に1回以上摂取していると回答された食品(商品)のなかで、乳酸菌の摂取を意識しているのは、「乳酸菌が含まれるサプリメント」「乳酸菌飲料(ヤクルトやカルピス等)」「ヨーグルト」が8〜9割程度と高い。

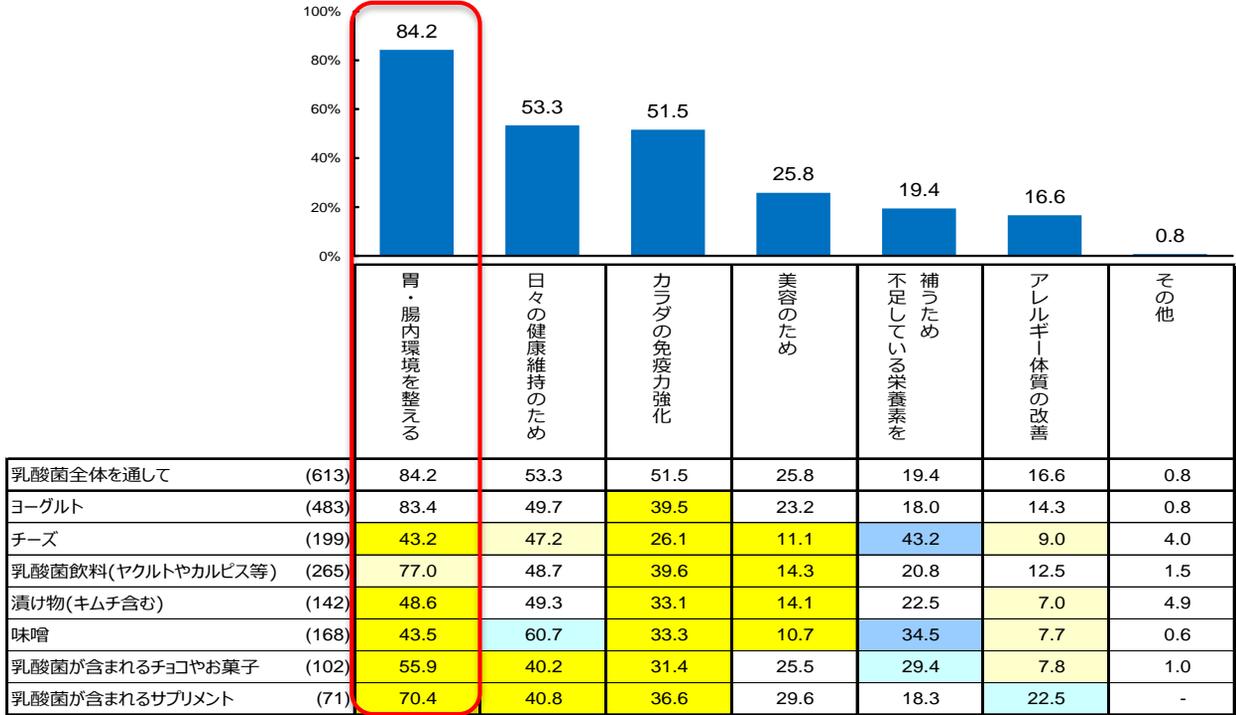
※週に1-2回以上摂取者ベース



# <参考> 乳酸菌の摂取実態把握調査

● 乳酸菌を摂取することで期待する効果については、乳酸菌全体を通しては「胃・腸内環境を整える」が84.2%。食品別にみると、「味噌」を除く食品では「胃・腸内環境を整える」が高い。「漬け物」「チーズ」は同項目に加え、「味噌」は単独で「日々の健康維持のため」が高い。

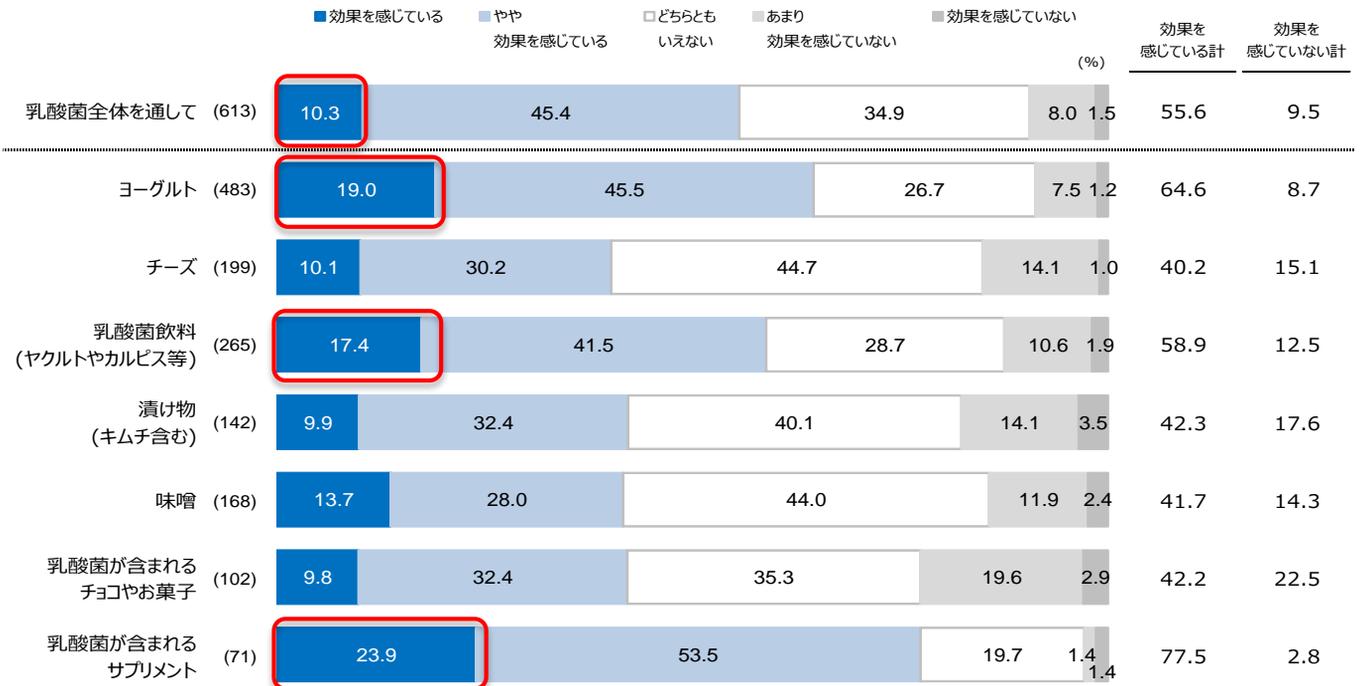
※週に1-2回以上意識して摂取者ベース



※ ■ : 全体より10ポイント以上高い □ : 全体より5ポイント以上高い ▲ : 全体より5ポイント以上低い ▼ : 全体より10ポイント以上低い

● 乳酸菌に対して、どの程度効果を感じているかについては、乳酸菌全体を通しては「効果を感じている」は10.3%に留り、「やや効果を感じている」のは45.4%。食品別にみると、「乳酸菌が含まれるサプリメント」「ヨーグルト」「乳酸菌飲料」で効果感が他の食品に比べると高い。

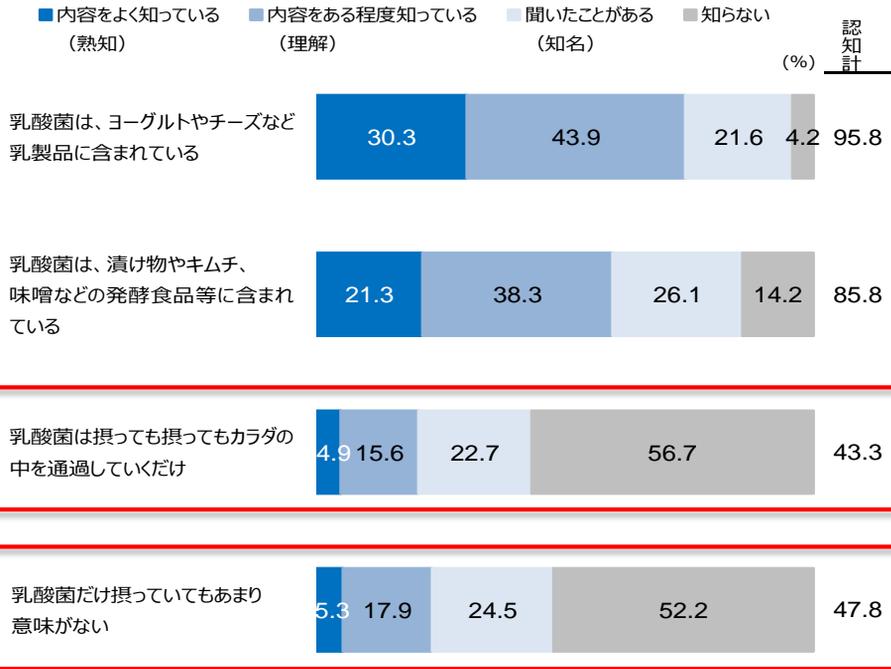
※週に1-2回以上意識して摂取者ベース



## <参考> 乳酸菌の摂取実態把握調査

● 乳酸菌について、どの程度知っているかについては、「乳酸菌は、ヨーグルトやチーズなど乳製品に含まれている」「乳酸菌は、漬け物やキムチ、味噌などの発酵食品等に含まれている」は認知合計が8割以上と高い。一方で「乳酸菌は摂っても摂ってもカラダの中を通過していきだけ」「乳酸菌だけ摂っていてもあまり意味が無い」の2項目（乳酸菌のデメリット）は5割未満にとどまる。

※ 乳酸菌認知者ベース



● 「乳酸菌生産物質」の認知状況については、「乳酸菌生産物質」の認知度は5割程度。生菌ではなく腸内細菌が作り出した成分で、腸内での環境変化に強いいため身体に直接働きかけ、腸内環境の効果のあるなどの内容まで理解しているのは2割程度になっている。

		内容をよく知っている (熟知)	内容をある程度知っている (理解)	聞いたことがある (知名)	知らない	認知計
全体 (613)		4.4	16.5	32.8	46.3	53.7
性別×年代	男性10代 (48)	12.5	20.8	45.8	20.8	79.2
	男性20代 (51)	9.8	35.3	35.3	19.6	80.4
	男性30代 (52)	13.5	11.5	34.6	40.4	59.6
	男性40代 (50)	4.0	10.0	26.0	60.0	40.0
	男性50代 (51)	2.0	13.7	33.3	51.0	49.0
	男性60代以上 (52)	1.9	17.3	36.5	44.2	55.8
	女性10代 (51)	-	21.6	39.2	39.2	60.8
	女性20代 (52)	3.8	7.7	30.8	57.7	42.3
	女性30代 (52)	3.8	17.3	32.7	46.2	53.8
	女性40代 (51)	-	3.9	29.4	66.7	33.3
	女性50代 (51)	2.0	17.6	19.6	60.8	39.2
	女性60代以上 (52)	-	21.2	30.8	48.1	51.9

## ■ 乳酸菌生産物質とは

乳酸菌生産物質とは、乳酸菌の「代謝物の総称」であり、腸内でビフィズス菌などの善玉乳酸菌が作りだしている物質のことです。通常、ヨーグルトなどで摂る乳酸菌はもともと腸内に棲んでいた菌ではないため、体内に入れても、腸内で増殖・定着することがなかなか難しく、菌として体外に排出されてしまうことが多いです。それに対して、生菌ではなく腸内細菌が作り出した成分である「乳酸菌生産物質」は物質ですので、腸内での環境変化に強く、腸内フローラを介さずとも、身体に直接働きかけ、腸内環境を整えます。

乳酸菌	乳酸菌生産物質
腸内菌のバランスを改善する事によりヒトにより働きをする生きた微生物（生菌）のことです。	乳酸菌の「代謝物の総称」であり、腸内でビフィズス菌などの善玉乳酸菌が作りだしている“物質”のことです。
ヨーグルトなどに含まれている乳酸菌は、単体であり、複数の菌が含まれることはありません。（多種類の菌を多量に毎日摂ることが必要です。）	何種類もの複数の乳酸菌・ビフィズス菌などの善玉菌を独自の培養方法で発酵させることにより、その代謝物「乳酸菌生産物質」が得られます。
乳酸菌そのものを、ヨーグルトや乳酸菌飲料などで、体内に取り入れると、腸内環境が整えられて健康に役立つというのは間違いではありません。しかし、乳酸菌そのものが腸に入っても、その乳酸菌はもともと腸内に棲んでいた菌ではないため、腸内で増殖・定着することが難しく、通過菌として体外に排出されてしまうことが多いです。	乳酸菌生産物質は、もともと腸の中の善玉菌が代謝している物質ですので、それを摂取することで健康に役立つ、という考えのもと作られております。生菌ではなく腸内細菌が作り出した成分を再現した物質ですので、酸やアルカリなどの環境変化にも強く、それらに侵されないまま吸収されます。
生菌が腸内にたどり着き、腸内フローラを介して、腸内環境を整えます。	生菌ではなく腸内細菌が作り出した物質ですので、腸内フローラを介さずとも、身体に直接働きかけ、腸内環境を整えます。

## ● 腸内環境（腸内フローラ）改善の鍵は乳酸菌生産物質にあり！ 16種の善玉菌が作り出す“乳酸菌生産物質”を含んだサプリ「快朝フローラ」が登場！

商品の成分は、乳酸菌などの善玉菌が代謝物として自然に作り出す天然成分「乳酸菌生産物質」です。弊社の「乳酸菌生産物質」は、16種類35株の善玉菌が作りだした物質で、腸にダイレクトに働き免疫機能に直接作用します。新商品である「快朝フローラ」には16種類の乳酸菌やビフィズス菌などの善玉菌が作り出す「乳酸菌生産物質」が含まれており、腸内フローラに直接働きかけることで、毎日の腸内環境改善をサポートいたします。また、通常の乳酸菌のみが含まれている乳酸菌飲料は糖分が多く、高カロリーである一方で、「快朝フローラ」は1日3粒当たり約8kcalで、低カロリー商品となっております。2018年6月4日（月）より弊社ホームページ（URL:[http://www.bioflora.jp/lp/kaicho\\_flora/](http://www.bioflora.jp/lp/kaicho_flora/)）にて販売しております。



## ■ 会社概要

会 社 名 : 株式会社バイオフィローラ研究所  
 代 表 者 : 財木由美子  
 所 在 地 : 京都府京都市上京区杉若町674  
 業 務 内 容 : 健康食品の販売  
 U R L : <http://www.bioflora.jp>



### <本件に関するお問い合わせ先>

【報道関係者】株式会社バイオフィローラ研究所  
 担当 財木由美子 TEL : 0120-238-873

【一般のお客様】株式会社バイオフィローラ研究所  
 フリーダイヤル : 0120-238-873 (受付時間/10:00~17:00 <土日祝日除く>)