

Press Release

2014 年 7 月 3 日

神戸市中央区港島中町 6-13-4 フジッコ株式会社 東証第一部コード番号 2908

「子どもの腸内環境改善についての意識調査」 腸内環境改善に取り組みたいと考えている母親は 82.2% しかし、毎日の対策実践は 25.7%にとどまる 改善のため、普段の食事に取り入れたい食べ物の 1 位は「ヨーグルト」

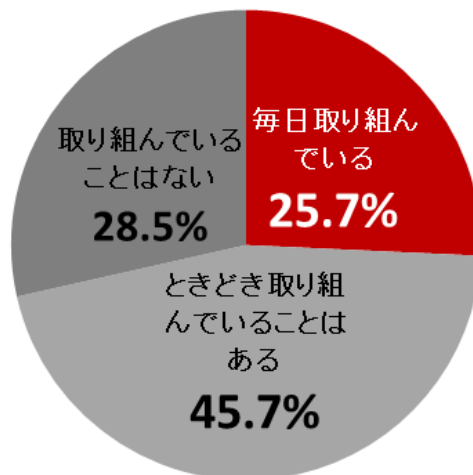
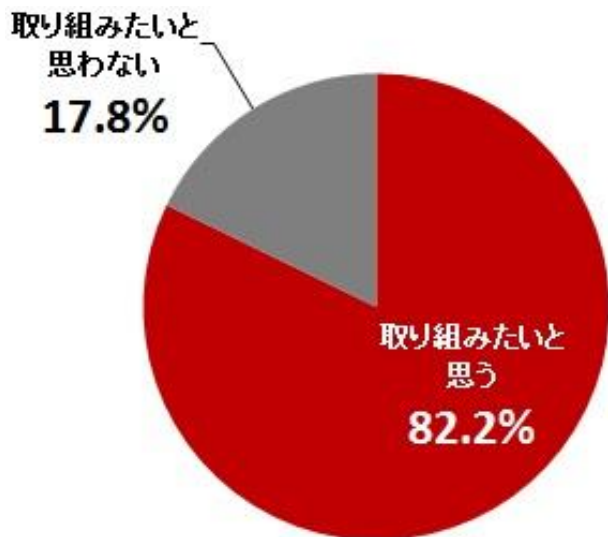
「カスピ海ヨーグルト」を製造及び販売するフジッコ株式会社（代表取締役社長 福井正一）は、このたび、小学校低学年のお子様を持つ 20-40 代の母親 1,000 名を対象に、「子どもの腸内環境改善について」の意識調査（独立行政法人理化学研究所 特別招聘研究員・農学博士 ^{べんの よしみ} 辨野義己先生監修）を実施いたしました。

ここ数年、子どもの腸内環境の悪化については各メディアでも注目されている問題ではありますが、今回の調査では腸内環境改善に取り組みたいと考えている母親は 82.2%と高いものの、具体的な対策を毎日実践しているご家庭は 25.7%と低い結果に留まりました。

腸内環境を健康に保つためには「運動、食事、コミュニケーション」等、毎日の取り組みを習慣づけることが大切です（辨野先生）が、お子様の腸内環境改善への必要性を感じているものの、まだまだ対策が不十分であることがわかりました。

【Q-1】お子様の腸内環境を健康に保つ、または改善するために何かに取り組みたいです thinks か？

【Q-2】お子様の腸内環境を健康に保つ、または改善するために何か取り組んでいることはありますか？



<意識調査概要> (2014 年 5 月実施)

【対象】 小学校低学年のお子様を持つ 25~40 代の女性、1,000 名、全国 【調査方法】 インターネット

<監修>

^{べんの よしみ}

辨野義己先生 独立行政法人理化学研究所辨野特別研究室 特別招聘研究員・農学博士

理化学研究所バイオリソースセンター・室長を経て現職。40 年以上に亘って腸内環境学、細菌分類学の研究に取り組む。2009 年文部科学大臣表彰・科学技術賞を受賞。「うんち博士」として子どもの腸内環境改善に向けた活動にも積極的に携わる。

主な著書「腸を鍛えれば頭がよくなる」「腸がスッキリすると絶対やせる」「腸内細菌革命」等多数。

■「さ・し・す・せ・そ・ヨッ！」レシピのご提案

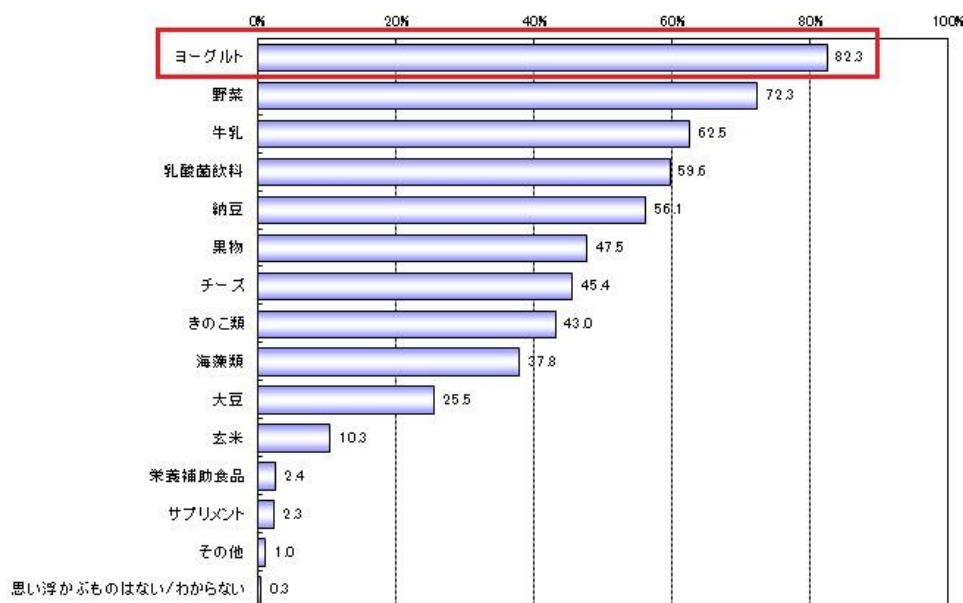
今回の調査で、お子さまの腸内環境改善のために、普段の食生活に取り入れやすい食べ物の1位に「ヨーグルト」が選ばれましたが、ヨーグルトを実際に料理に使っている人はまだまだ少なく、「ヨーグルトを使ったレシピがわからない」という意見も多く見られました。

「カスピ海ヨーグルト」は「強い粘り、酸味が少ない」という特徴から、食材との相性がよくどんな料理にも合わせやすいヨーグルトです。粘り成分である EPS は加熱により変化しないため、腸までそのまま届くのも大きなメリットの1つです。ヨーグルトは、毎日続けて食べることが腸内環境改善にはとても大切です。お子さまと一緒に飽きずに食べるためには、そのまま食べるだけでなく賢く日々の料理に取り入れていくことが毎日ヨーグルトを食べ続けるためのポイントです。

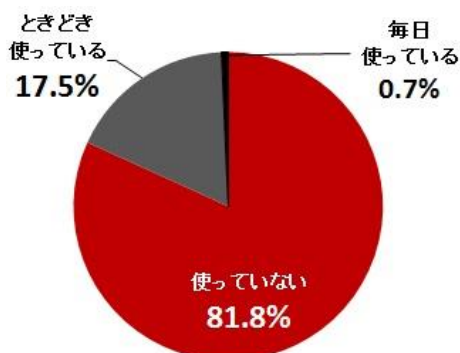
そこで当社では、料理研究家・中医薬膳師・国際中医師の村岡奈弥先生とともに「強い粘り、酸味が少ない」が特徴の「カスピ海ヨーグルト」だからこそできる、「さ・し・す・せ・そ・ヨッ！」レシピをご提案いたします。毎日使う調味料である「さ・し・す・せ・そ」（砂糖・塩・酢・醤油・味噌）のような感覚で日々の料理の中に「カスピ海ヨーグルト」を加えていただけるようなアイディアを盛り込みました。

季節ごとに便秘の原因は異なりますので、その時々旬の食材と組み合わせて家族で腸内環境改善に取り組みましょう。

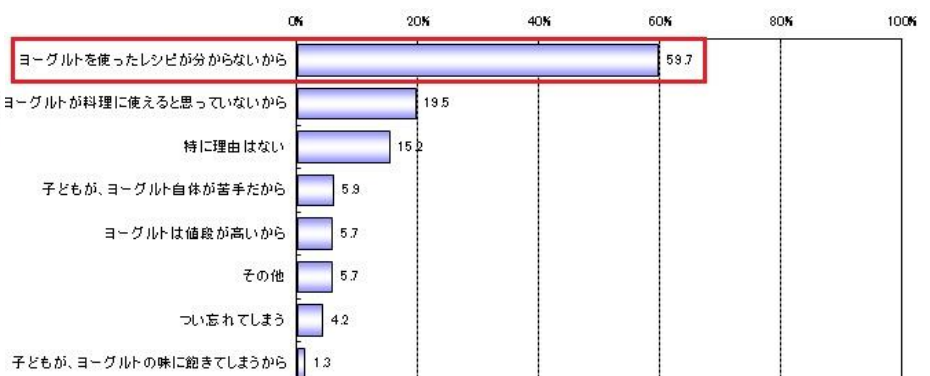
【Q-3】お子様の腸内環境改善するために、普段の食生活に取り入れやすいと思う食べ物は何ですか？



【Q-4】あなたは普段、ご家庭でヨーグルトを「料理」に使っていますか？



【Q-5】毎日の「料理」にヨーグルトを使っていない理由は何ですか？(MA)



【レシピ1】 シャキシャキ大根カスピ海ヨーグルト和え ～和風だしと組み合わせてみて！～

大根は消化を促し、胃腸の熱による便秘、コロコロの便の方におすすめの食材です

(材料) 4人分

大根 …200 g
パプリカ赤 …1/3 個
「カスピ海ヨーグルト」 …150 g
麺つゆ …大 2
鰹節 …適量
あさつき …適量



(作り方)

- ① 「カスピ海ヨーグルト」を麺つゆで伸ばす。
- ② 千切りにした大根と細切りにしたパプリカを混ぜ合わせ、①で和える。
- ③ 器に盛り、鰹節、斜め小口切りにしたあさつきを散らす。

通年

【レシピ2】 ヨーグルト&キャベツお好み焼き ～マヨネーズ感覚で食卓に！～

マヨネーズの代わりに使うことで素材の味を楽しみながらたくさん野菜を食べられます

(材料) 2枚分

薄力粉 …60 g
山芋すりおろし …120g
卵 …2 個
だし汁 …120 cc
天然塩 …少々
キャベツ …230g
イカ …50g
豚肉 …100g
「カスピ海ヨーグルト」 …適量
鰹節、青のり、ソース …適量



(作り方)

- ① ボウルに山芋、卵、薄力粉、水、塩を入れ、よく混ぜ合わせる。
- ② イカに軽く塩を振っておく、キャベツは千切りにしておく。
- ③ ①に②のキャベツとイカを入れ混ぜる。
- ④ フライパンを熱し、油を敷き塩を振った豚肉を焼き、③に混ぜ込む。
- ⑤ 両面をしっかり焼き上げる。
- ⑥ 焼き上げたら、皿に移し「カスピ海ヨーグルト」をかけ、その上にソースをかける。
- ⑦ お好みで鰹節、青のりをふる。

夏

【レシピ3】 夏野菜でカラフルカスピ海ヨーグルトカレースープ ～なめらかスープもすぐ完成！～

夏の暑さで、胃腸が弱り気味の時の便秘におすすめです

(材料) 4人分

ミニトマト …8 個
とうもろこし …1 本 (缶詰、冷凍可)
レタス …大 4 枚
「カスピ海ヨーグルト」 …200g
チキンスープ …100 cc
カレー粉 …適量
天然塩 …適量
パセリ …適量



(作り方)

- ① フライパンで、とうもろこしを炒り、焼き色を付け、塩で味を調える。
- ② ボウルにチキンスープ、「カスピ海ヨーグルト」を混ぜ合わせ、塩、カレー粉で味を調える。
- ③ ミニトマトを縦4等分横半分に切る。
- ④ レタスをちぎり、水につけシャキッとさせる。
- ⑤ 器にレタス、とうもろこし、ミニトマトを盛り、スープを入れる。

【レシピ4】カスピ海ヨーグルト&エッグソース アスパラガス ～実は卵との相性もバッチリ！～

夏の暑さで、胃腸が弱り気味の時の便秘におすすめです

(材料) 2人分

アスパラガス …4本
卵 …3個
「カスピ海ヨーグルト」 …45g
牛乳 …大2
パセリ …適量
ベーコン …中3枚
塩、粗引き黒胡椒、E X Vオリーブオイル …適量



(作り方)

- ① アスパラガスは筋を取り、色よく塩茹でする。
- ② 卵を溶き、「カスピ海ヨーグルト」、牛乳を混ぜ合わせ、塩少々をふる。
- ③ フライパンにオリーブオイルを敷き、②の卵液を流し、弱火で混ぜながらスクランブルエッグを作る。
- ④ カリカリに焼いたベーコンとともに、お子様の食べやすいように盛り付ける。

※星型やハート型にくりぬいた食パンにのせると、さらにおいしく楽しく召し上がっていただけます。

通年

【レシピ5】くるみ入りパンケーキ ヨーグルトきなこソース ～朝食ヨーグルトにも～

くるみ、大豆、アプリコット、ヨーグルトの組み合わせで快便に

(材料) 3～4枚分

パンケーキ生地

薄力粉 …100g
ベーキングパウダー …小1と1/3
卵 …1個
牛乳 …50cc
「カスピ海ヨーグルト」 …大4
砂糖 …大2
塩 …少々
くるみ …40g ※粗みじん切り

ソース

「カスピ海ヨーグルト」 …150cc
きなこ …大2
メープルシロップ …大3
アプリコットシロップ煮 …4～5個



(作り方)

- ① パンケーキの生地に、くるみを混ぜ、焼く。
- ② 「カスピ海ヨーグルト」にきなこ、メープルシロップを混ぜ合わせておく。
- ③ 器に、①のパンケーキを盛り、②をかけ、アプリコットのシロップ煮を飾る。

<レシピ開発>

むらおか な や

村岡奈弥先生 料理研究家・中医薬膳師・国際中医師

料理教室「エミーズ」のチーフコーディネーターを9年間勤める。その間、フランスの三ツ星レストラン「ミッシェル・ブラス」にて修行。「中医薬膳師」の資格を取得、その後「国際中医師」の資格も取得。現在、日本中医食養学会理事、食物性味委員長、国立北京中医薬大学日本校講師を勤める。また、料理教室を主宰し、新聞・雑誌、講演会、テレビ出演など。

主な著書「家族をいたわるスープブック」「アンデスのスーパーフードキヌアレシピ」等多数。

親子ではじめよう！「カスピ海ヨーグルト」手作りスタートキャンペーン

「カスピ海ヨーグルト」の手作りにご興味のあるご家族の皆様に向けて、すぐに始めやすいスタートセット2種類を期間限定で特別価格にて販売いたします。

販売期間：2014年7月3日～2014年7月31日

販売方法：オンライン URL：<http://www.shop-fujicco.com/front/category/starter/>

販売製品：

- ① タイマー付・カスピラボ
スタートセット【限定200名様】

セット内容

タイマー付・カスピラボ
＋カスピ海ヨーグルト手づくり用種菌

特別価格 12,800円（税込・送料無料）
※通常価格 21,300円



- ② 「カスピ海ヨーグルト」
スタートセット

セット内容

カスピメーカー容器
＋カスピ海ヨーグルト手づくり用種菌

特別価格 1,850円（税込・送料無料）
※通常価格 2,080円



<読者プレゼント概要>

より多くのご家庭でヨーグルトの手作りを楽しんでいただけるよう、貴媒体読者様にプレゼント致します。（提供数応相談）

■プレゼント商品：

- ①カスピ海ヨーグルト手づくり用種菌（3g×2包 説明書付）

希望小売価格：1,000円（税込）ご提供総数：100名様

- ②カスピ海ヨーグルトメーカー「カスピくん」

希望小売価格：22,600円（税込）ご提供総数：10名様（赤5名様、青5名様）

■応募要項：郵便はがきに①住所②氏名③年齢④職業

- ⑤電話番号を記入し下記宛先に郵送

■応募先：〒107-6033 港区赤坂1-12-32 アーク森ビル内

郵便局留「カスピ海ヨーグルト」（貴媒体名）係

■当選発表：応募者多数の場合は、抽選の上、商品の発送をもって発表にかえさせていただきます。

■掲載希望：2014年10月末まで

※掲載いただける場合は、下記宛にご連絡ください。



本リリースに関するお問い合わせ先

◆報道関係の方（掲載不可）

広報代行 株式会社ブレインズ・カンパニー 担当 榎木（とちぎ）、村山

TEL. 03-3568-3844 / FAX. 03-3568-3838 / e-mail tochigi@pjbc.co.jp