

■研究・実践の課題（テーマ）

食後の血糖値上昇を軽減する食前飲料の開発

■主任研究者 井澤一郎

■共同研究者 塚原丘美

■研究・実践の目的、方法、結果、考察や提案等の概要

食後の急激な血糖上昇を軽減することは、2型糖尿病だけでなく心臓血管病の発症予防にも重要である。食前あるいは糖質摂取前にタンパク質や脂質を摂取することで、胃内容排出遅延作用をもつコレシストキニンや GLP-1 などの消化管ホルモンの分泌を促し、食後血糖値を低下させる方法が知られている。

本研究では、食事の 15 分前に摂取して、特にコレシストキニン分泌を促進することで食後血糖上昇を軽減する飲料を開発し、簡便に生活習慣病を予防することを目指す。

その第 1 のステップとして、効果が見込める様々な食材を食前 15 分に摂取して血糖値を測定するスクリーニングを行う実験計画を立てた。そして、大学の研究倫理審査を受けて承認された（承認日：2020 年 7 月 14 日、承認番号：440）。

この後、実際に研究を開始しようとしたところ、コロナ禍のため、研究対象者より同意が得られない状況となったため、今年度はやむなく研究を一旦中止することになった。