

2016年9月15日

<報道関係各位>

腸温活プロジェクト



朝食の重要性と腸の働きを活性化し体を温める「腸温活」を啓発する

「腸温活プロジェクト」発足のご案内

2016年9月15日よりWEBサイト開設

「腸温活プロジェクト」は、本日2016年9月15日（木）に発足、活動を開始いたします。当プロジェクトは、学識者のメンバーによる監修の下、低体温・冷えからくる体の不調のリスクをなくすべく、朝食の重要性と腸の働きを活性化し体を温める活動「腸温活」を啓発・推進することを目的に発足いたしました。



朝の腸温活で
元気習慣



腸温活プロジェクト

腸温活プロジェクトでは、食物繊維である「豆・雑穀・野菜」素材が入った腸を温める朝食ライフスタイル「腸温活」をすすめてまいります。

<WEB サイト トップ> <http://cho-onkatsu.jp>

【発足の背景】

今や国民病ともいえる冷えや低体温による体の不調は女性を中心に広がっています。体温が下がると、体内酵素の活性が下がり、免疫力が低下し、病気にかかりやすくなると言われています。これは体温が下がることにより、腸の働きが悪くなることによります。さらに悪いことには、現代人の食物繊維不足はなかなか改善されていません。そのうえ、炭水化物抜きダイエットをはじめとする偏ったダイエット、誤った知識に基づくバランスの悪い食事を摂ることで体調を崩す人も増えています。体を温めるためには、朝ごはんをしっかりと食べることで、特に「豆、雑穀、野菜」の食物繊維3兄弟をバランスよく摂り、腸を元気に動かすことが重要です。「腸温活プロジェクト」では、これら日本人の食と健康をめぐる課題に対して、毎日の生活に「腸温活」を取り入れることで、乱れた食事のバランス、生活のバランスを整える情報の発信に取り組んでまいります。

概要

■名称： 腸温活プロジェクト

■発足日及びWEB サイト開設日： 2016年9月15日（木）

■活動内容：

- ・朝食の重要性と腸の働きを活性化し体を温める「腸温活」を啓発する基礎知識、研究結果、最新ニュースなどの収集と発信
- ・WEB サイト「腸温活プロジェクト」(<http://cho-onkatsu.jp>)の運営管理

■今後の活動予定：

- ・「腸温活」に関連する実験、調査の実施
- ・10月～11月 青山学院大学をはじめとする、東京都内の大学の朝食に商品等を提供
- ・11月7日（月）の『腸温活の日』から11月11日（金）まで、腸温活体験イベントを開催

■WEB サイト格納情報：

- (1) 日本人は冷えている!?
- (2) 日本人の朝食が危ない
- (3) 腸温活と食物繊維
- (4) 腸温活と子ども
- (5) 腸温活と脳
- (6) 腸温活プロジェクト

■プロジェクトメンバー：（五十音順）

- ・青江誠一郎（大妻女子大学 家政学部 学部長）
- ・川嶋 朗（東京有明医療大学 教授）
- ・本多京子（医学博士・管理栄養士）
- ・松生恒夫（松生クリニック院長・医学博士）
- ・森田達也（静岡大学 学術院農学領域 教授）

■協賛企業：（五十音順）

- ・オムロン ヘルスケア株式会社
- ・敷島製パン株式会社（Pasco）
- ・フジッコ株式会社

プロジェクトメンバー



青江誠一郎 | 大妻女子大学 家政学部 学部長

1984年 千葉大学大学院園芸学専攻農芸化学専攻・修士課程修了。1984年 雪印乳業株式会社入社、1989年 千葉大学大学院自然科学研究科博士課程修了(社会人入学)、農学博士を取得、2003年 大妻女子大学家政学部助教授、2007年より大妻女子大学家政学部教授。2007年日本栄養改善学会・学会賞受賞、2008年日本酪農科学会・学会賞受賞、2010年日本食物繊維学会・学会賞受賞。



川嶋 朗 | 東京有明医療大学 教授

北海道大学医学部医学科卒業。東京女子医科大学大学院医学研究科修了。Harvard Medical School & Massachusetts General Hospital 留学。東京女子医科大学附属青山自然医療研究所クリニック所長を経て現職。東洋医学研究所附属クリニックにて自然医療部門を担当し、自然治癒力を重視した近代西洋医学と代替・相補・伝統医療を統合した医療を日本の医療系の大学で実践中。「よりよく生きる」「悔いのない、満足のいく人生を送る」ための心得として、「自分の理想的な死とは何か」を考える QOD (クオリティ・オブ・デス=死の質) の提唱者。日本内科学会総合内科専門医。日本腎臓学会・日本透析医学会指導医。日本統合医療学会・日本予防医学会理事など。『冷えとりの教科書』(マイナビ)、『医者に殺されないための「かかりつけ医」のを見つけ方』(光文社)、『医者から教わった身近な人に迷惑をかけない39の心得』(宝島社) など著書多数。



本多京子 | 医学博士・管理栄養士

実践女子大学家政学部食物学科卒業後、早稲田大学教育学部体育生理学教室研究員を経て、東京医科大学で医学博士号を取得。2007年4月に策定された国民運動「新健康フロンティア戦略」の健康大使。NPO日本食育協会理事。日本体育大学児童スポーツ教育学部では「子供の食と栄養」を担当。日本紅茶協会ティーインストラクター名誉顧問、アロマセラピープロフェッショナルその他をつとめる。テレビや雑誌では健康と栄養に関するアドバイスやレシピを多数作成。栄養や食に関する著書は60冊を超える。



松生恒夫 | 松生クリニック院長・医学博士

東京慈恵会医科大学卒業後、大腸内視鏡治療の実施件数で国内屈指の実績を誇る松島病院(横浜市)で大腸肛門病センター診療部長を経て2004年1月に東京都立川市に松生クリニックを開院。これまでに4万件以上の大腸内視鏡検査を施行しており、生活習慣病としての大腸疾患、地中海式食生活(地中海式ダイエット)、漢方療法等の治療を行っている。松生クリニックは国内では珍しい便秘外来を設置しており、便秘に苦しむ多くの方々の治療にあたっている。便秘、腸の名医としてメディア出演も多い。著書に「腸はぜったい冷やすな!」(光文社)、『「腸を温める」と体の不調が消える』(青春出版社)、「長生きしたけりゃ、腸は冷やすな—老い、がん予防に効く! 温める腸健康法」(主婦の友社) など100冊以上ある。



森田達也 | 静岡大学 学術院農学領域 教授

愛媛大学農学部卒業。医学博士(岐阜大学)。森下製薬株式会社薬理研究所、山之内製薬株式会社健康科学研究所を経て、2000年静岡大学農学部助教授、2007年同教授に就任。食品成分と腸の相互作用について研究している。日本食物繊維学会常務理事。1997年日本栄養食糧学会・奨励賞、2009年日本食物繊維学会・学会賞受賞。