



## 食物繊維を多く含む レジスタントスターチについて

### 第六の栄養素、注目の食物繊維とレジスタントスターチ

炭水化物、蛋白質、脂質、ビタミン及びミネラルは、五大栄養素と知られているが、最近ではそれらに加えて食物繊維が第 6 の栄養素と呼ばれるようになりつつある。食物繊維の摂取不足とそれによってそれにより誘発されると考えられている大腸がん、糖尿病、高脂血症等の各種疾患との関係は、多くの研究者から報告されている。それゆえに、食物繊維摂取の必要性が重要視され、食物繊維が栄養素の一員であると提唱されていると言える。

現在の日本人の食物繊維摂取量は、成人で1日当たり 15~16g であり、理想とされる摂取量は 20~25g とされている。高度成長期以来、日本人の食生活はそれまでの野菜、魚介類を中心とした日本型から肉類を中心とした欧米型に変わってきたため、動物性脂肪摂取量が増加し、食物繊維摂取量が減少してきた。従って、現代の食生活を考えると、通常の食事から食物繊維を十分に摂取することは難しい。そのため、食物繊維を効率的に摂取できる食品素材が注目されており、それらを添加した食品の種類も多く出回っている。食物繊維は表 1 のように分類される。

表 1 食物繊維の分類

分類	物質例
非澱粉性多糖類とリグニン	動植物の非澱粉性多糖類 微生物産生多糖類 化学修飾多糖類
難消化性澱粉及びその関連化合物	レジスタントスターチ 難消化性デキストリン 合成多糖(ポリデキストロース)
その他の難消化性物質	Trowell が Dietary fiber complex と呼んだ物質群

現在知られている食物繊維素材は、トウモロコシふすま、小麦ふすま、グアーガム分解物、コンニャクマンナン等の非澱粉性多糖類、ポリデキストロース、難消化性デキストリン等の化学修飾物等、ほとんどが多糖類に分類される。

一方、同じ植物由来多糖類である澱粉は、長い間、生体内でほぼ 100%消化・吸収され栄養源になると信じられてきたが、1980 年代になり人の小腸内でも分解を受けないような澱粉成分が発見されてから、その生理的意義が注目されるようになり、レジスタントスターチ(Resistant Starch、以下 RS)として知られるようになった。1991 年には、RS とは「健康な人の小腸内で消化・吸収されない澱粉及びその分解物の総称」と定義されるに至った。RS の各種の生理機能改善効果については多種報告されており、水溶性及び水不溶性食物繊維の両方の性質を持った食物繊維素材と考えられている。弊社では天然澱粉であるタピオカ澱粉を原料としてレジスタントスターチを作成し商品化した。商品名スタークロス 200 シリーズとして販売を開始した。

尚、カロリーカット用途にスタークロス 200 シリーズを用いた場合、エネルギーは 0 kcal/g として評価されております。

当社 RS 商品の詳細として規格書、栄養成分情報を用意しております。  
詳しくは当社営業あるいは技術までお問い合わせください。

**問い合わせ先:ジー・エス・エル・ジャパン株式会社**

〒104-0053 東京都中央区晴海 3 丁目 13 番 1 ドウ・トゥール E4421

TEL 03-5462-7053

営業 e-mail: hiroto@gsl-jp.com

技術 e-mail: yoshiki@gsl-jp.com

URL:<http://www.gsljapan.com>