

こんにやく飲料「テンフィル」の健康状態に及ぼす効果 第2報
○堀口 恵子* 嶋村 孝* 六平 いく子* 押田 敏雄**
(*明和女短大, **麻布大)

目的：こんにやく由来のテンフィル（乳化オリゴ糖+コンニャク(A), 乳化オリゴ糖(B)）の健康状態に及ぼす影響を女子短大生の排便行動を指標として検討した。

方法：1)調査対象は平均年齢・19歳の女子短大生36名とした。2)テンフィルを飲用前に日常的な健康状態をアンケートにより15項目（健康、便秘、食事、ダイエット、下剤など）について調べた。3)テンフィルAを非摂取期間1週間、摂取期間2週間とテンフィルBを非摂取期間1週間、摂取期間2週間の計6週間を期間とした。AとBの結果を比較して、アンケートにより12項目（便の色、形状、量、臭い、硬さ、爽快感、排便時間、胃腸状態、満腹感など）にわたって調べた。

結果：テンフィルA、Bを飲用した日としなかった日では、飲用した日の方が便通がよかった。テンフィルAでは飲用し始めてから排便がある人が増加したが、テンフィルBでは、飲用しているときの方が便通は増加したが、飲用し始めた1週間と2週間を比べると、排便があった人が減り不安定であった。テンフィルBは、オリゴ糖のみで不安定になり、コンニャク成分入りのテンフィルAでは、1週間目より2週間目の方が便通が良かった。テンフィル飲用と排便との関係を第1報で報告したが、今回はコンニャク入りのテンフィルが排便を促す性質があることが示唆された。