

ヒジキ食による脂質代謝の変動

○片山（須川）洋子、田中理沙子（福岡女子大・院）

目的 我が国の伝統食品の一つであるヒジキは食物繊維、カルシウム、鉄を豊富に含有しており栄養学的に注目されている。また、ヒジキにはヒ素が含まれており、リンの含有量が他の海藻類にくらべて少ない。さきに我々はヒジキ食で飼育したラットにおけるヒ素の挙動について報告してきた。今回はヒジキ食が肥満の予防に効果があるのかどうかについて検討した。

方法 SD系ラット 12 匹をヒジキ食群と対照群に分けて 2 週間飼育した。ヒジキ食群は飼料中にヒジキを 5% レベル、対照群はセルロースを 5% レベルとした。20 時間絶食したのち、採血して血清を分離し、トリグリセライド、総コレステロール、HDL-コレステロールの各濃度を測定した。さらに、肝臓中の脂質量を測定した。また、諸臓器（心臓、肺臓、肝臓、腎臓、副腎、脾臓、胃、小腸、大腸、脂肪組織）の重量を測定した。

結果 対照群にくらべるとヒジキ食群の体重増加が有意に少なく、脂肪組織の重量は少なかった。その他の臓器重量には両群の間で差がみられなかった。血清中のトリグリセライドおよび総コレステロールの濃度も両群の間で差がみられなかったが、ヒジキ食群の HDL-コレステロール濃度は高かった。また、肝臓中の脂質およびコレステロール量がヒジキ食群において有意に低かった。