

研究計画書

ゼミ名	森ゼミⅡ	チーム名	糖尿病予備軍
タイトル	それ、角砂糖何個ぶん？		
テーマ群	e) 産業・企業		
メンバー	石坂謙児 小原卓郎 貞廣知哉 水谷純子 辻万里奈 真島佳奈 吉田美安		
研究計画内容	<p>「甘いものを食べて痩せる日が来る！」そんな話が現実になりつつある。砂糖は現代の食生活に欠かせないものである。その反面、砂糖の過剰摂取は糖尿病などの多くの病気を引き起こす原因と言われている。しかし、日本には希少糖と呼ばれる太らない砂糖があることを人々は知っているのだろうか。</p> <p>昨年、WHO は多くの国で問題視されている病気は食生活と大きな関係があると発言し、一日に摂取する砂糖の量を引き下げる新しいガイドラインを発表した。一般の成人であれば一日当たり約 25g、角砂糖にすると約 8 個分に相当する。世界の砂糖消費量ランキングでは日本は 113 位であり、世界と比較するとあまり砂糖消費は見られないように思える。しかし、具体的な数字を見ていくと約 48.5g を一日に摂取しており、WHO が定めるガイドラインの一日の目安量の約 2 倍もの砂糖を摂取していることが分かった。</p> <p>今やコンビニやカフェは店舗数を右肩上がりに増やし、より糖分を手軽に取れる時代である。身近な食べ物に、こんなにも多くの砂糖が入っていることを多くの人には知らないであろう。現在、全国の都道府県で糖尿病率がワースト 1 位の香川県では糖尿病を克服するために県をあげて様々な対策に取り組んでいる。それに一役買っているのが「希少糖」である。希少糖とは、自然界に存在する量の少ない単糖のことで、カロリーはゼロであるうえ、砂糖の 7 割程度の甘みを持つ。希少糖に含まれる成分が健康上に及ぶ様々なリスクを防ぐ効果があると期待されている。しかし、未だ認知度が高いとは言えない。</p> <p>そこで、わたしたちは希少糖がより普及することによって、食生活がもたらす砂糖による病気のリスクを下げることはできるのではないかと考えた。今後、希少糖の普及が進んだとき、人々は希少糖に対してどれだけの価値を見出すのか仮想評価法を用いて調査する。</p>		