



健康の強い味方「鮫肝油」ってどんな食品?その基礎知識をレポート!

## 鮫肝油とは

今回も献血推進活動のご協力者へ当クラブ  
L.北野 忠男より、商品のドネーション300袋  
をご提供頂きました。「 We Serve !!」

健康をつくる 未来をつくる



深海鮫から抽出された「肝油」には、スクアレンという成分が多く含まれています。栄養補助食品をはじめ化粧品など、様々なものに使用されています。スクアレンの性質や働きについて知みましょう。

「スクアレン」は、人の体にも存在する成分です  
肝油イメージスクアレンは私たちの体内に存在する成分であり、いきいきとした生活にも深く関わるものです。健康にも美容にも注目されている成分なのです。しかし、年を取るにつれて「スクアレン」は減少していくため、最近は積極的に補うことが良いとされています。スクアレンを多く含んでいる食品は、深海鮫をはじめ、オリーブオイル、綿実油、アボカド油などありますが、含有量でいうと深海鮫の肝油が群を抜いて多いのです。

スクアレンの可能性を広げる研究が進められています  
肝油イメージスクアレンは、流れの促進に貢献しています。このスクアレンの働きについて注目している研究者も多く、様々な研究発表が行われています。スクアレンの有効作用を人々の元気な毎日に生かそうと、研究や開発が進められています。イキイキとした毎日のために積極的に摂っていききたい成分ですね。

深海鮫の肝油には、ビタミンA・Dもたっぷり！  
栄養がたっぷり詰まった深海鮫肝油には、高級化粧品にも使用されているビタミンA・Dなども豊富に含まれています。深海鮫肝油は、美容界にもとても注目されています。



L.北野 忠男

## えがおー百葉の会 銀座医院

健康食品・サプリメント 摂取によりインフルエンザの開発販売を手がけ ザウイルスの感染を抑制する、えがお(熊本市)は、 することを確認した。百葉幹素材の一つ深海鮫の 葉の会 銀座医院と共同 肝油の機能性を追求し、 して、ヒト試験を実施し、



「えがおの肝油 鮫珠」

新発見を得た。これまでに 行った研究 もあわせ、鮫 肝油に含まれ る成分が分泌 型(S)ーI gA、インタ ーフェロンガ ンマ(IFN ーγ)、ナチュ

### 鮫肝油の機能性で新発見

## インフル感染を抑制

ラルキラー(NK)細胞の免疫にかかわる3つを活性化させ、感染予防だけでなく、感染後の重症化を抑える効果のあることも分かった。

同社は、深海鮫生肝油を100%使用したサプリメント「えがおの肝油 鮫珠」を開発。鮫肝油は古くから健康をサポートする素材として、日本でなじみのあるものだが、さらに新たな機能性を調べ、これまでに鮫肝油含有食品を摂取すると、口腔粘膜の免疫の改善がみられる研究や、インフルエンザ感染モデル

マウスを用いた重症化を抑制する研究成果を挙げている。

実施したヒト試験によれば、20〜69歳の男女ボランティア110人に協力してもらい、2019年11月に深海鮫肝油を1

日当たり500mg摂取グループと、対照群としてビタミンC同990mg摂取グループを55人ずつ交互にふり分けた。20年2月末まで毎日摂取してもらい、後日、試験期間中のインフルエンザにかかわる調査を行った。その結果、ビタミンC摂取グループでは、55人中

の4人が発症、鮫肝油摂取グループはインフルエンザ発症者が出なかった。解析したところ、鮫肝油が有意にインフルエンザウイルスの感染を抑制することが明らかとなった。

えがおとの共同研究を実施した百葉の会 銀座医院の竹田義彦院長は「鮫肝油成分スクアレンやアルコキグリセロールには免疫に作用する」と報告されている。今回の研究では、鮫肝油の摂取が、免疫の強化を通じて、インフルエンザウイルスの感染を予防したと

## 免疫の仕組みを活性化

考えられる」とコメント。

また、同医院の久保明院長補佐・抗加齢センタ―長によれば、えがおや早稲田大学規範科学総合研究所ヘルスフード科学部門の矢澤一良部門長らの研究によって、鮫肝油の摂取で、粘膜免疫の主要成分であるs-IgAの唾液中濃度が上昇することを確認しているという。s-IgAは、粘膜免疫を強化し、ウイルスと結合して、体内へ侵入できなくするブロック機能がある。

さらに、粘膜免疫で防

た。