

Topic News

大豆は認知機能にも効果がある

パンデミックの蔓延により世界の消費者の60%以上が日常生活の中で健康とウェルネスをより重視するようになり、中でもメンタルヘルスを健康の主要な指標にあげています。それは睡眠や健康的な体重を維持するなどの項目を上回っています。このような健康意識の高まりの中で大豆の認知機能に対する効果についていろいろな調査が行われ、大豆に含まれるイソフラボンが認知機能と視覚記憶に好影響を与えることが明らかになっています。また別の調査では60歳を中心に1,386人を対象とした臨床試験により、大豆イソフラボンが成人の認知機能を改善する可能性があるとしています。このように高齢化社会の中で大きな関心が集まっている認知機能について、大豆にもその予防、改善効果があることが分かってきています。

健康が意識される現代では、大豆の効果はますます注目されるわね

第17回

ちょっとお豆な豆知識

大豆は減塩食品

現在50歳代の3人に1人が高血圧と言われています(平成27年度、国民健康・栄養調査)。高血圧の状態が続くと脳卒中など循環器系の疾患を招く危険性が高まるので、予防法として適度な運動や良質な睡眠などと共に、減塩が強く指摘されています。日本人は1日の塩分摂取量の平均値が10.1gと多い状態が続いています。体内の塩分(ナトリウム)を排泄する働きをするのがカリウムであり、多く含む食材のひとつに大豆があります。大豆100g中にはカリウムは1,900mgと非常に多く含まれ、塩分排泄には効果的な食材です。またソイオイルにはLDL(悪玉)コレステロールを低下させ血管の柔軟性を保つ働きをするα-リノレン酸も含まれるので、ソイオイルは血圧を正常に保つ働きを塩分排泄と血管の柔軟性維持の両面から支えていることになります。

血圧が気になる方に、注目のお話しじゃよ。

大豆は塩分排泄に効果的!

ソイオイルは血管の柔軟性維持!なのね♪

第17回 Soy Oil のお話

「ソイオイル誕生物語 その7」

我が国にソイオイルが登場するきっかけをつくったのは、第一次世界大戦による海外からの需要と関東大震災による国内の油脂の供給量ひっ迫によるものでした。ここで登場したソイオイルは今から考えると、その精製度も悪く、現在のソイオイルの品質には到底及ばないものでした。しかし同時に生産される脱脂大豆には農業用肥料としての強い需要があったことにも支えられて、ソイオイルへの期待が高まっていきます。そして、昭和に入ると油脂の精製技術が発達し、現在のような脱酸、脱色、脱臭工程が完成して、それまでのソイオイルとは一線を画した「大豆白絞油」として多くの消費者に受け入れられるようになり、現在のソイオイル製品へとつながっているのです。

関東大震災に端を発し技術の発達を経て品質の高いオイルとして消費者に受け入れられるようになっていったんだね。

報告事項

ソイオイルマイスター 2023年度



検定試験実施要項



アメリカ大豆輸出協会 (USSEC) は、「第7回ソイオイルマイスター検定」を次の通り実施します。

- 申込み期間 2023年4月19日(水)～5月23日(火)
- 検定日 2023年5月14日(日)～28日(日)
- 会場 全国のテストセンターで受けられます
※詳細はお申込み時にご確認ください
- 検定料
 - ソイオイルマイスター : 3,000円(消費税込)
 - ソイオイルマイスタープロ: 5,000円(消費税込)
- 検定方法 会場型コンピューター試験

お申し込みはお早めに!