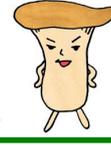
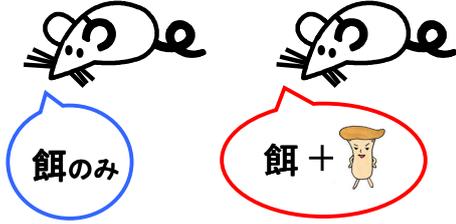




# エリンギの便秘改善効果



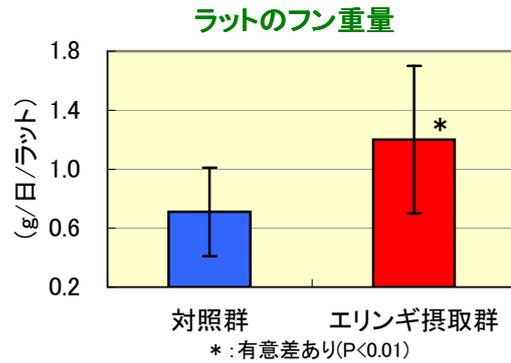
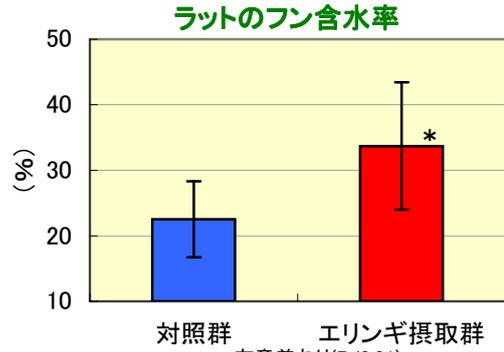
## ラットの排便に及ぼす影響



ラットに、  
餌、または餌とエリンギを与えて  
90日間飼育しました。  
その後、

ラットの**フン重量**と**フン含水率**を調べました。

**エリンギにはフンの含水率を高める  
ことによって  
フン重量を増加させる効果があること  
が確認されました**



## ヒトの排便に及ぼす影響

便秘がちな女性15名に

1日100gのエリンギを  
含む食事を、  
朝と昼に分けて1ヶ月  
食べてもらった。  
夕食は各自自由

その結果

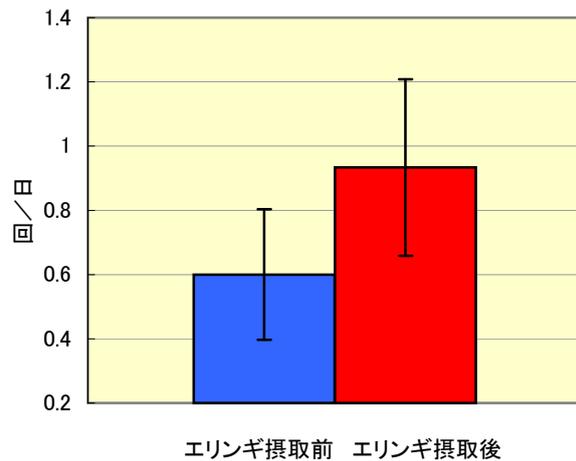
排便回数の増加  
(15名中14名)

便通の改善  
便の性状の改善

が認められました。



エリンギ摂取によるヒトの排便回数の変化



**エリンギを摂取することによって  
便秘の改善効果が期待できます**

この研究結果は、2002年日本応用きのこ学会第6回大会にて発表されました。



※無断での複製・転載・使用を固くお断り致します。

ホクト株式会社 本社〒381-8533 長野市南堀138-1 TEL:026-243-3111(代表)