

《各位》

2017年5月17日

# 中長期を視野に入れた 低糖質食の身体への影響を検証

## 朝日生命成人病研究所附属医院との共同研究を開始



当社子会社である RIZAP 株式会社（以下、RIZAP）は、朝日生命成人病研究所附属医院と共同で、短期間の低糖質食による健康状態の変化に関する臨床研究「短期間の低糖質食によるパラメータ変化の検証」を開始しましたことをお知らせ致します。

今回の朝日生命成人病研究所附属医院との共同研究では、低糖質食を実践したときにおこる身体に及ぼす影響について、医学的観点から評価いたします。安全が確保され、より効果の高い糖質量を明らかにすることで、さらに精度の高いデータに基づいた個人の食事プログラムの提供が可能となります。

近年、欧米そして日本でも、肥満に伴う肥満症や、糖尿病に対しての減量方法として低糖質食が普及しつつあります。個人的に低糖質食を実施する方も多くみられ、これからも大きな需要があると考えられます。しかし、低糖質食に関しては様々な意見があるのが現状です。これまでの食事に関する研究報告は、ほとんどが食事記録を分析する「観察研究」でした。より信頼できるデータの取得が重要であると考え、本研究では、3食の低糖質食の提供を行い、食事に関する報告とアドバイスを毎日実施して正確な食事内容を把握する「前向き研究」を行い、厳密に糖質量の管理を行います。この今までとは違う研究方法により、信頼度の高いデータを取得することが可能となります。さらに、減量が必要な方々にとって適切な糖質摂取量を数値化がすることで、RIZAP メソッドを進化させるとともに、今後の低糖質食業界のスタンダードとして新しい価値の提供をしていきたいと思っております。より結果にコミットするために必要なことを医学的にも科学的にも追及していきます。

この研究結果は、論文や学会発表などを通して広く世界に伝えていきます。今後、中長期的な観点からこの研究を通して、人々の健康の維持増進に資するプログラムの開発や普及に貢献して参ります。RIZAP はこれからも生活習慣病の予防に積極的に取り組んで参ります。

### ■ プレスリリースに関するお問い合わせ ■

RIZAP 株式会社 担当：柏戸・渡辺  
TEL：03-6744-9689 FAX：03-5337-0636 Mail：[press@rizapgroup.com](mailto:press@rizapgroup.com)

## 短期間の低糖質食によるパラメータ変化の検証に関して

### ■ 研究課題名

短期間の低糖質食によるパラメータ変化の検証

### ■ 研究目的

低糖質食を実践したときに体内で起こりうる変化や内臓にかかる負担を血液検査、体組成などの変化で、安全性と有効性を検証する。  
また、日本人の減量期における最適な糖質量を検討。

### ■ 共同研究機関及び責任者

朝日生命成人病研究所附属医院 菊池貴子医師

### ■ 対象者

BMI25～35 未満 年齢 20 歳以上 65 歳未満（同意取得時点）

40 名 性別不問

（心疾患・腎臓疾患・肝臓疾患・すい臓疾患・脳疾患・精神疾患を除く）

### ■ 研究方法

①対象者を 1 日糖質量 50g 群と 120g 群の 2 群に分け、2 ヶ月間食事の提供。

食事：管理栄養士による冷凍低糖質弁当や低糖質フードを使った献立の提供と食事管理

報告：毎日、食事と運動、体組成の報告を実施、フィードバックを行う。

検査：血液検査と尿検査、脈波検査を測定

②糖質量 50g 群→その後 1 ヶ月間で糖質量を 120g へ

糖質量 120g 群→そのまま糖質量 120g を 1 ヶ月間継続

検査：1 ヶ月後、血液検査と尿検査、脈波検査を実施。

## 会社概要

### RIZAP 株式会社



<http://www.rizap.jp/>

「結果にコミットする。」をコンセプトに、パーソナルトレーニングジム「RIZAP(ライザップ)」を運営。2012年2月の1号店オープン以来、店舗拡大とともに急成長を続ける「RIZAP」は、一般のスポーツジムとは異なり、ゲストの夢、理想、真のニーズと本気で向き合う資質を持った人材を厳選。「人生最高の体と自信、そして期待を上回る感動を提供する」ため、パーソナルトレーナーの品質にこだわり、ゲストの理想の体型の実現を全力でサポートするプロ集団です。現在、国内115店舗、海外5店舗を運営。新規獲得会員数は累計7万人を超えています。（2017年3月末時点）

### ■ プレスリリースに関するお問い合わせ ■

RIZAP 株式会社 担当：柏戸・渡辺  
TEL：03-6744-9689 FAX：03-5337-0636 Mail：[press@rizapgroup.com](mailto:press@rizapgroup.com)