

研究実施状況報告書

平成 31 年 4 月 2 日

長崎県立大学長 様

研究責任者 所 属 看護栄養学部

職 名 教授

氏 名 田中一成



受付番号 373	承認番号 360
I 課 題 ミカン混合発酵茶葉粉末摂取の肩こりの改善に関する研究 (2)	
II 研究期間及び調査期間 研究期間 31 年 1 月 12 日 ~ 31 年 1 月 27 日 調査期間 年 月 日 ~ 年 月 日	
III 研究の実施状況（該当項目にチェックしてください） <input checked="" type="checkbox"/> 研究計画書どおり研究が終了した（公表方法：学会発表、学術論文） <input type="checkbox"/> 研究計画書どおり研究を実施した <input type="checkbox"/> 研究計画を変更して研究を実施した 変更審査申請書提出（ 済 ・ 未 ） 変更内容： 変更理由：	
IV 今後の研究の概要（研究が継続の場合）	
V 研究結果の概要（研究が終了の場合） ミカン混合発酵茶摂取は、30分間の筆記作業負荷後の肩こりを改善した。	
VI その他報告すべき事項	

※V研究結果の概要については別紙での提出も可

ミカン混合発酵茶葉粉末摂取の肩こりの改善に関する研究 (2) 本発酵茶が、肩こりを改善する効果を有することが明らかになった。

(1) 平成30年度の研究成果の詳細

①試験研究方法および実施状況

1月に作業負荷による肩こり試験を行った。

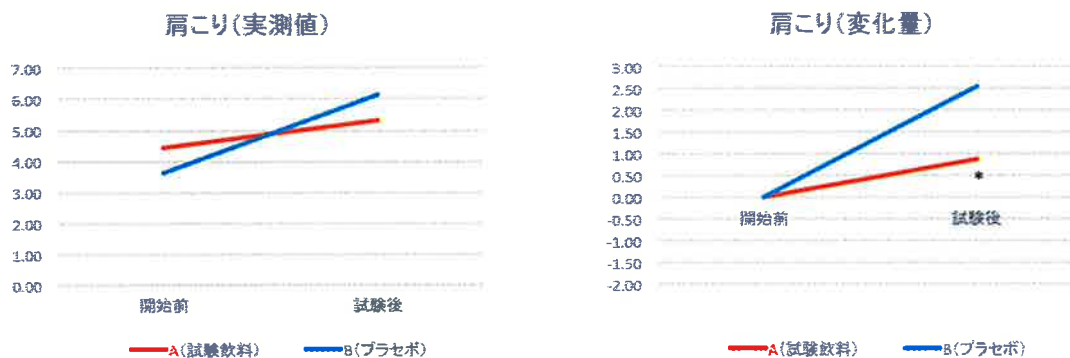
②得られた研究成果

肩こりに関して、30分間の筆記作業を負荷した試験を28名の被験者で行い、Vas法で評価したところ、ミカン混合発酵茶摂取で有意に改善する効果が明らかになった(図2)。

③考察

40mgのヘスペリジンを含むミカン混合発酵茶葉粉末摂取は、肩こりを改善する効果が観察されたことから、本飲料は強い血流改善効果を有していると考えられる。

(2) 図



* $p < 0.05$ 0週と比較して有意差あり

図2 肩こりの自覚症状がある被験者のミカン混合発酵茶摂取が作業負荷後の肩こりに及ぼす影響