

Press Release

**あなたの腸活をバージョンアップさせる情報を満載！  
Lulumilk（ルルミルク）の公式サイトがリニューアルオープン。**

「腸活に不可欠なルミナコイド（発酵性食物繊維）を複数種類配合した健康食品「Lulumilk(ルルミルク)」を発売している株式会社 Smart Lab（本社：東京都千代田区、代表取締役：酒井康光）は Lulumilk(ルルミルク)の公式サイトをリニューアルしました。

■ サイトリニューアルの目的

成果が上がる「正しい腸活」知識を身に付けていただくことを目的に公式サイトをリニューアルしました。

「腸活」で最も重要なことは、腸内フローラ（腸内細菌叢）に食べ物（エサ）を与え、短鎖脂肪酸を産み出させることです。

そこで、新公式サイトでは、

- なぜ腸内フローラが食べ物（エサ）を必要としているのか？
- その食べ物（エサ）である「ルミナコイド（発酵性食物繊維）」とは何か？
- 腸内フローラが産み出す「短鎖脂肪酸」とは何か？などを詳しく説明しています。

公式サイト <https://www.lulumilk.com/>



毎年2月～4月は、花粉症（アレルギー性鼻炎）発症のピークと言われています。花粉症は、自己免疫の過剰反応が原因とされており、発症者は年々増加傾向にあります。

この腸内フローラのバランスが乱れると、免疫系のバランスが崩れ、アレルギー疾患を発症する要因になると考えられています。

腸内フローラのバランスを整え、良い働きをしてくれるように、腸内フローラに、ルミナコイド（発酵性食物繊維）を与え、短鎖脂肪酸を産み出すことが重要です。

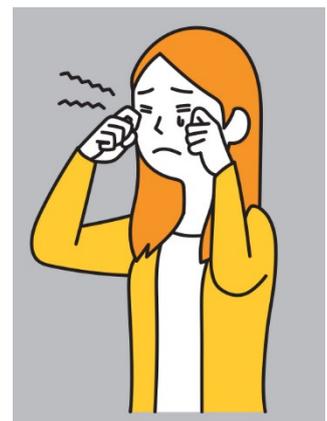
これまでの花粉対策を、花粉（アレルゲン）吸入防止をしていた方には、是非「正しい腸活」による、根本的な取り組みをしていただければと思います。

■ アレルギーとは

アレルギーとは、ウイルスや細菌などの異物を排除するために働く免疫応答が、本来無害であるはずの特定の物質（アレルゲン）に過敏に反応することで起こります。この免疫機能を正常に維持するのに、腸内細菌が大きな役割を果たしているといわれています。

人の腸内には1,000種類以上、40～100兆個もの微生物が棲み付いて「腸内フローラ（腸内細菌叢）」という集団を形成しています。この腸内フローラのバランスが乱れると免疫系のバランスも崩れ、アレルギー疾患を発症する要因になると考えられています。

京都府立医科大学内藤裕二先生は、当社 You Tube「オナカのチカラ」チャンネルのインタビューにて「病気になったから腸内細菌がディスバイオシス（多様性の欠如）になったのではなく、腸内細菌がディスバイオシスになったから病気になったのだ」と話されている通り、腸内フローラのバランス維持が健康管理やアレルギー予防にも関連することが報告されています。



## ■ 予防するために

その花粉症患者数は年々増加しています。その原因として、食生活の変化やストレス過多、抗生物質の過剰摂取などによる腸内フローラの乱れだといわれています。

食生活を見直すことが基本ですが、仕事上、どうしても外食や加工食品を食べる機会が多い方は、食生活を容易に変えるのが困難でしょう。

そんな方に試していただきたいのが、腸内フローラに、正しい食べ物（エサ）を与えることです。小腸で消化・吸収したものは、身体の栄養になりますが、消化・吸収されない食物繊維などの難消化性食物成分は、腸内フローラの食べ物（エサ）になります。

人が自分のために食事をすると同じように、大腸に棲む常在菌にも規則正しく食べ物（エサ）を与えることが、腸内フローラのバランスを正しい状態に保つことにつながります。



## ■ これからは根本的な対策へ

大腸に棲む常在菌、腸内フローラに食べ物（エサ）を与えることで、腸内フローラが短鎖脂肪酸（酪酸・プロピオン酸・酢酸など）を産生させます。短鎖脂肪酸は大腸や他の臓器の運動エネルギーになったり、免疫が働きすぎないように制御する「制御性 T 細胞」という免疫細胞を増やしたり、腸内炎症を抑え、腸管粘膜（粘液層）を修復・保護し腸内のバリア機能を維持することで、病原菌などの侵入を防ぐなど、様々な働きをしてくれていることが分かっています。

そのため、腸内フローラに食べ物（エサ）を与えることが、花粉症などのアレルギー症状対策として、是非検討してみてもどうでしょうか。

## ■ あなたの腸活をバージョンアップ

これまでの「腸活」は、代表的な腸内細菌である、ビフィズス菌、乳酸菌などを、サプリメントや食べ物を通して摂ることが主流でした。しかし、腸内微生物の研究が進み、多種多様な腸内フローラこそが最も大切であることが判明しています。

そして、この腸内フローラの多様性を維持するために、腸内フローラの食べ物（エサ）である多種多様なルミナコイド（腸内発酵性食物繊維）が重要であることが分かりました。

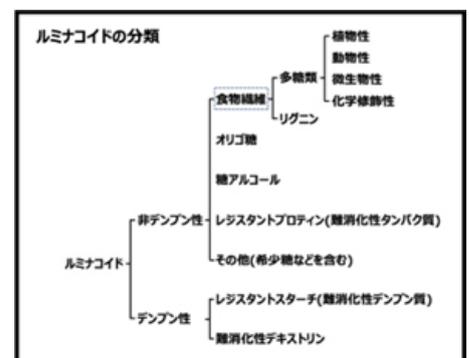
しかし、現代はルミナコイド摂取不足であり、その結果、様々な疾患に繋がっている可能性が指摘されています。

つまり、これからの腸活は、ルミナコイド不足を補うことを基本にしなければなりません。

## ■ 腸内フローラに不可欠な「ルミナコイド」

腸内細菌が必要としている食べ物（エサ）を、「発酵性食物繊維」や「ルミナコイド」といいます。「ルミナコイド」は、日本食物繊維学会が提唱した、食物繊維やオリゴ糖類、糖アルコール、難消化性デキストリン、レジスタントスターチ、レジスタントプロテインなどの難消化性・難吸収性の食物成分の総称で、腸内フローラが短鎖脂肪酸（酪酸、プロピオン酸、酢酸など）を産み出すために欠かせない成分です。

短鎖脂肪酸は、小腸や大腸を動かす「エネルギー源」で、腸内の善玉・悪玉・日和見菌を最適な均衡に整える「細菌バランス維持因子」や、免疫システムを適正に維持する「免疫賦活因子」でもあります。

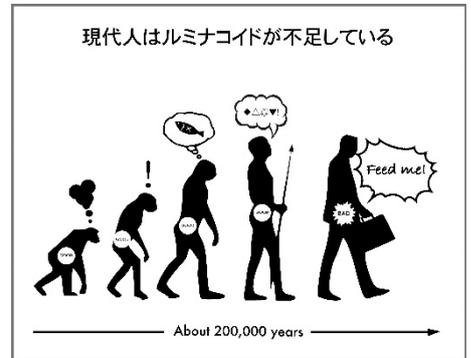


## ■現代の日本人はルミナコイド摂取が不足し、腸内フローラが飢えている状態

世界保健機関(WHO)では、食物繊維の推奨値を、25g/日としています。

スタンフォード大学スクール・オブ・メディシン微生物学・免疫学者のジャスティン・ソネンバーク博士とエリカ・ソネンバーク博士は、腸内細菌まで届く炭水化物 (MACs:Microbiota Accessible Carbohydrates) として、推奨値を 25~38g/日としています。

日本人の平均食物繊維摂取量は、1950 年頃は一人 20g/日を超えていましたが、穀類・いも類・豆類の摂取量の減少に伴い、減少傾向にあります。厚生労働省令和元年「国民健康・栄養調査」によると、平均摂取量は一日あたり 18.8g で、日常の食生活ではルミナコイド摂取が慣性的に不足している状態です



## ■ルミナコイド健康食品『Lulumilk (ルルミルク)』

「Lulumilk (ルルミルク)」は、腸内フローラが代謝する「短鎖脂肪酸 (酪酸、プロピオン酸、酢酸など)」をより多く、効率的に産み出すよう、「ルミナコイド」と乳酸菌を配合した、全く新しい腸活・健康食品です。

腸内で作られる「短鎖脂肪酸」の有用性に近年注目が集まっています。この「短鎖脂肪酸」の元となるのが「ルミナコイド」です。

テニスコート半面分もの表面積があると言われている大腸全域に棲みついている腸内フローラが、「短鎖脂肪酸」を産み出すには、「ルミナコイド」を隔々に届けることが必要です。

「Lulumilk (ルルミルク)」は、広範囲の腸内フローラに届くよう、特性が異なる複数種類のルミナコイドを含有しています。また、熱や酸に強く、腸まで届く高密度濃縮乳酸菌も配合しています。

つまり、短鎖脂肪酸の元をバランス良く隔々に届けて、更に、短鎖脂肪酸を産み出す微生物 (酪酸菌など) をサポートする健康食品です。

「Lulumilk (ルルミルク)」は、食品添加物が不使用の粉末食品です。そのため、お湯や水で溶かす他、コーヒーやスープ、プロテインなどに混ぜて飲用や、スイーツや料理に使用して摂取することもできます。

子供から年配の方まで、ご家族の皆様でお召し上がりいただけます。

※ご注意：摂取し過ぎにならないようお願いいたします。病気の方、特に腸に疾患のある方は、摂取前に必ず医療機関にご相談ください。

**ルルミルクの詳細** <https://www.smartlab.jp/products>

## ■オナカの子カラチャンネル

腸内細菌研究の第一人者である京都府立医大大学院医学研究科 教授 医学博士 内藤裕二先生と、内科・皮膚科医 友利新先生の腸内細菌と健康に関する対談動画や、生命情報科学の世界的権威である特定国立研究開発法人 理化学研究所生命医科学研究センター客員主管研究員 服部正平博士のインタビュー、格闘家・山田崇太郎さんのインタビュー等を当社 YouTube「オナカの子カラ」チャンネルで公開しています。

**オナカの子カラチャンネル** <https://www.youtube.com/@onakanochikara>



【ルルミルク version2.0】  
主なルミナコイド：  
・難消化性デンプン (レジスタントスターチ)・セルロース・ヘミセルロース  
・難消化性タンパク質 (レジスタントプロテイン)・イヌリン・フラクトオリゴ糖  
大豆オリゴ糖・リグニン・グアーガム酵素分解物  
原材料名：  
・でんぷん・水溶性食物繊維・大豆 (遺伝子組み換えでない)  
・グアーガム酵素分解物・オリゴ糖・乳酸菌  
アレルギー：大豆



## ■ 本件に関するお問い合わせ先

株式会社 Smart Lab は、美容と健康の本質を根本から考え、腸内フローラの多様性維持に不可欠な「ルミナコイド」などをテーマとした「研究開発・教育・課題解決型製品・サービス」を通じ、人々のウェルネスなライフスタイルへの「行動変容」を促す事業を展開しています。

エビデンスに基づく食の知識普及・講習、保育園や学校での講演・研修、カフェやベーカリーショップの商品開発・広告・販売促進、医療機関のマーケティング活動支援などを経て、2021 年より大学との共同研究及び、健康食品の販売を開始しました。今後も健康寿命の伸長及び経済的価値の創出に貢献してまいります。

商号：株式会社 Smart Lab（カブシキガイシャ スマートラボ）

所在地：〒1020074 東京都千代田区九段南 1-5-6 りそな九段ビル 5F

代表：代表取締役 酒井康光

電話：03-3833-3354（受付時間：土日祝日を除く平日 9:00-17:00）

E-mail：info@smartlab.jp

HP：<https://www.smartlab.jp/>

一人ひとりのアクションで  
社会をより良いものに変える



**Smart Lab & Smart Gut**

