



社名の由来である  
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン  
「シャルロッテ」

株式会社ロッテ  
2024年3月27日（水）

## 研究

## シュガーフリーハイカカオチョコレート摂取後の血糖値上昇は 砂糖入りと比べて小さいことを確認しました

2024年3月27日発表

株式会社ロッテ（代表取締役社長執行役員：牛腸 栄一）は、食品の健康機能に着目し、様々な研究に取り組んでおります。このたび「シュガーフリーハイカカオチョコレート喫食時の血糖への影響」の研究を実施し、「シュガーフリーハイカカオチョコレート摂取後の血糖値上昇は砂糖入りハイカカオチョコレート摂取後と比較して小さい」ことを確認しました。

### ■ 研究概要

食品に含まれる糖が吸収されると血糖値が上昇し、インスリンのはたらきによって元の血糖値に戻ります。血糖値の急上昇は糖尿病の危険因子として知られており、日々の間食で食べるものを血糖値が上昇しにくい食品にすることは、健康の維持増進につながると考えられます。本研究では、シュガーフリーハイカカオチョコレートまたは砂糖入りハイカカオチョコレートを摂取した際の血糖値上昇を比較しました。また、インスリンへの影響についても比較しました。

【対象】20歳以上65歳未満の健常成人36名（二重盲検クロスオーバー試験）

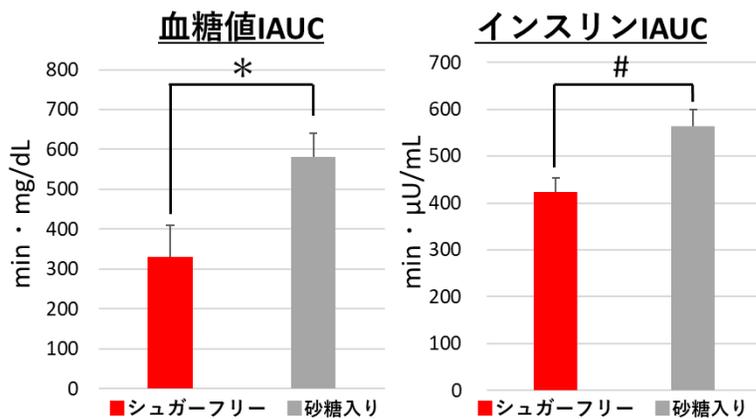
【方法】シュガーフリーハイカカオチョコレートまたは砂糖入りハイカカオチョコレートを50g摂取し、摂取前・摂取後15分・30分・45分・60分・90分・120分にそれぞれ採血し、血糖値、インスリン濃度を測定

※本研究で使用したハイカカオチョコレートはいずれもカカオ70%です。

※シュガーフリー：100gあたりの糖類の含有量が0.5g未満の製品です。

### ■ 研究結果

シュガーフリーハイカカオチョコレート摂取による血糖値上昇は、砂糖入りハイカカオチョコレート摂取による血糖値上昇に比べ小さいことが確認されました。インスリン分泌においても、シュガーフリーハイカカオチョコレートの方が少なくなることが示唆されました。また、食後15、30、45、90分後においてシュガーフリーハイカカオチョコレート摂取時の血糖値は砂糖入りハイカカオチョコレート摂取時と比較して低い値となることが確認されました。



\*：有意差あり（有意水準をHolm法で調整）

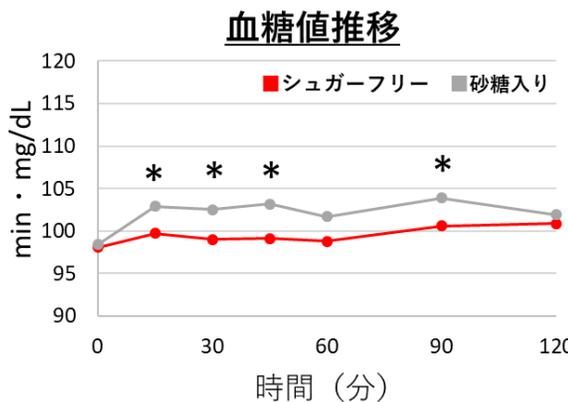
#：有意差あり（有意水準0.05）

シュガーフリーハイカカオチョコレート摂取時

vs. 砂糖入りハイカカオチョコレート摂取時

食後120分間における血糖上昇曲線下面積（IAUC）の平均値

エラーバー：標準誤差



\*：有意差あり（有意水準をHolm法で調整）

シュガーフリーハイカカオチョコレート摂取時

vs. 砂糖入りハイカカオチョコレート摂取時