



## 「ひょうご産業SDGs推進宣言事業」に認定 モロヘイヤで野菜摂取量を向上 働く食物繊維モロヘイヤ100%の「あおつぶ」

働く食物繊維モロヘイヤ100%の「あおつぶ」を製造・販売する株式会社青粒（本社：兵庫県神戸市北区有野町有野3406-1 代表取締役社長：永原豊大）は、2025年3月19日（水）に兵庫県が推奨する「ひょうご産業SDGs推進宣言事業」に認定されました。高栄養な野菜モロヘイヤを、何も加えないで粒状の食品にしている「あおつぶ」を通じて、野菜の摂取量向上のために取り組んでいます。



ひょうご SDGs



### 【株式会社青粒の目指すゴール】

3 すべての人に健康と福祉を

「令和5年国民健康・栄養調査（厚生労働省）」では、日本人の野菜摂取量が過去最低になったことがわかっています。1日の野菜摂取量が平均256グラムと目標の350グラムを大きく下回り、特に20代が少ないようです。野菜をたくさん摂ることを目指しながらも現実には難しいものです。株式会社青粒は、高栄養な野菜モロヘイヤを何も加えないで粒状の食品にしている自然食「あおつぶ」を通じて、野菜の摂取量向上のために取り組んでいます。

### 【ひょうご産業SDGs推進宣言事業について】

兵庫県がSDGsの達成に向けて取り組む県内中小企業等の宣言内容を登録・集約し、広く社会に公表することにより、企業等の取り組みを支援する制度。 <https://web.hyogo-iic.ne.jp/sdgs>



### 【働く食物繊維 モロヘイヤ100% あおつぶ】

日本にモロヘイヤが伝わった初期の頃より、モロヘイヤ100%の食品として販売を続ける自然食品。モロヘイヤは特徴的なネバネバとした食物繊維を含んでいるので、インナーケア、野菜不足の解消、離乳食（粉末タイプ）、健康のために好まれて食されている。



### 【モロヘイヤの特徴 ネバネバ食物繊維】

他の食物繊維商品との違いはモロヘイヤに含まれる粘性の水溶性食物繊維。

ヌルヌル、ネバネバとしていてまるで粘膜のように広がるこの繊維の働きは、ヒト試験でも有用性が確認され、Functional Food Scienceの学術研究誌『Functional Foods in Health and Disease』 Vol 10, No 5 (2020) において臨床論文として掲載されています。

掲載内容：

<https://ffhdj.com/index.php/ffhd/article/view/686>

### 【働く食物繊維モロヘイヤ】

モロヘイヤの食物繊維はバナナのおよそ10.1倍。野菜の中でもトップクラスです。「水溶性食物繊維」と「不溶性食物繊維」をバランスよく含む、貴重な野菜でもあります。

モロヘイヤの水溶性食物繊維はねばり感があるので「ヌルヌル繊維」ともいえます。この2つの食物繊維の働きの掛け算で、すっきりとした健康生活をサポートしています。まるで、おなかの中で働く食物繊維。

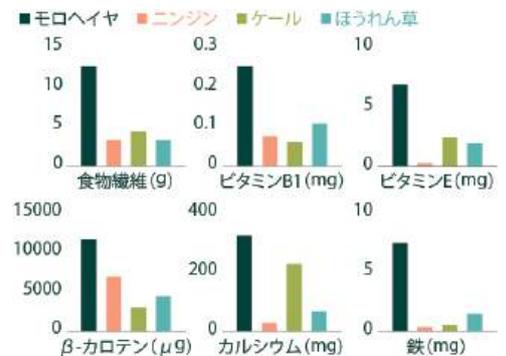


一晩水につけたあおつぶ

### 【モロヘイヤの栄養素】※1

モロヘイヤの栄養価の高さは緑黄色野菜の中でもトップクラスです。β-カロテンはニンジンの約1.6倍、鉄分はほうれん草の約3.7倍。また、腸内環境を整えるうえで大切な「水溶性食物繊維」と「不溶性食物繊維」をバランスよく含む、貴重な野菜です。

さらに、女性にとって大切な栄養素「葉酸」を、ほうれん草よりも含んでいます。



### 【「あおつぶ」について】

モロヘイヤは健康にとって重要な栄養素がふんだんに入っている野菜。

「あおつぶ」はモロヘイヤ100%の野菜粒です。原材料はモロヘイヤのみで、1粒に約2.5枚のモロヘイヤの葉が含まれています。

「何も足さない、何も引かない」をポリシーに、「大切な人がずっと健康でいられますように。」という想いと、健康寿命100年時代を実現させていきたいという想いが込められています。



※1 日本食品標準成分表2020年版（八訂）の野菜と（一財）日本食品分析センター調べのモロヘイヤ（フィリピン産）の100g での比較