

～社長からの挑戦状！社員が挑む「血液サラサラ宣言」結果発表～

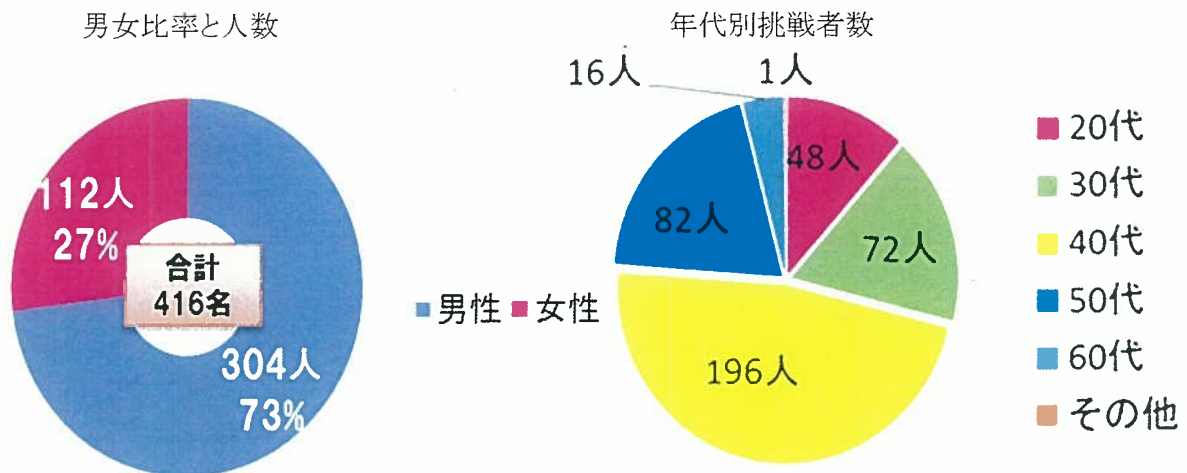
水産会社の社員は、血液サラサラ？

日本水産株式会社(代表取締役 社長執行役員 細見 典男、以下「ニッスイ」)は、『社長からの挑戦状！社員が挑む「血液サラサラ宣言」』の結果についてお知らせいたします。日頃、魚食中心の食生活を心がけ EPA(エイコサペンタエン酸)を積極的に摂取している当社社長の血液サラサラ指数(*EPA/AA 比)は、1.4(同年代の日本人平均値の2倍以上)で社内1位でした。

『社長からの挑戦状！社員が挑む「血液サラサラ宣言」』は、水産会社の社員である私たちが積極的に魚を食べ、EPAの良さを実感するとともに、健康に対する意識を高める動機づけになる活動です。昨年秋に挑戦者として応募した416名が、魚食中心の食生活を心がけ、2013年度の健康診断で測定されたEPA/AA比にて、社長と対決しました。その結果11名の社員が社長の数値を上回り、これらの社員には健康報奨金が支給されることになりました。

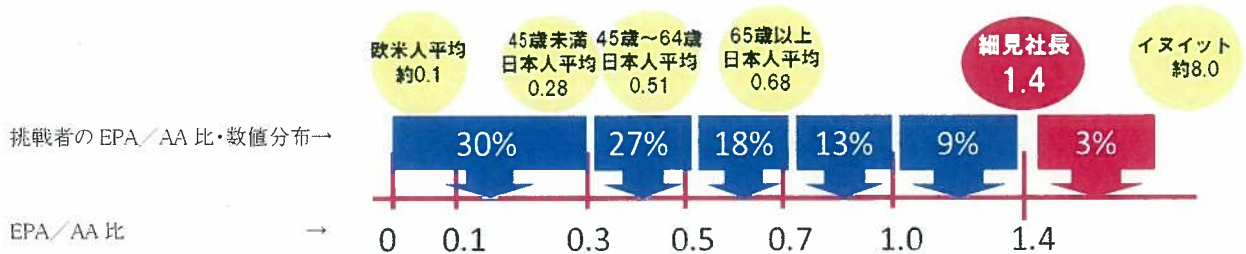
*EPA/AA 比とは・・・血中のEPAと畜肉に多く含まれている脂肪酸アラキドン酸(AA)の比率を表す値。血液中の脂肪酸の中で、EPAは動脈硬化を抑制するよう働きますが、一方 アラキドン酸(AA)は炎症を引き起こし、動脈硬化を促進するよう働きます。心血管系疾患の患者では、このEPA/AA比が低いことが報告されています。

① 『社長からの挑戦状！社員が挑む「血液サラサラ宣言」』の挑戦者内訳



- ・男女比率と人数 男性 73%、女性 27%
- ・年代別挑戦者数 40代が196人(全体の47%)で一番多い
- ・挑戦者平均年齢 43歳

②挑戦者416名のEPA/AA比の数値分布



血液サラサラ指数 (EPA/AA比) について

- ・45歳未満の日本人の EPA/AA 比の平均値は0.28 (欧米人の平均は、0.1)
- ・ニッスイグループの平均値は、日本人平均の約2倍の0.54
- ・EPA や水産物を扱っている部署の平均値は、0.6～0.75と、高い傾向

ニッスイは、人々の健康維持に役立つ健康成分として、青魚に多く含まれる「EPA」にいち早く着目し、「EPA」の有用性をより多くの方に役立てていただきたいという思いからその価値をさまざまな商品へ展開してきました。ニッスイは今後も EPA の啓蒙推進活動を進めてまいります。

EPAとは

いわしなどの青魚に多く含まれるオメガ3系高度不飽和脂肪酸の一種であるエイコサペンタエン酸で、青魚のサラサラ成分です。EPAは、体内では、ほとんど作ることができないため毎日の食生活で積極的に摂ることが大切です。

③毎月30日は、「EPAの日」

毎月30日は、日本記念日協会において、「EPAの日」として登録されました。肉(29)を食べた次の日(30)には、魚を食べてEPAを摂取し、バランスの良い食生活を送っていただきたいという思いをこめて、毎月30日を「EPAの日」としました。

④サラサラ生活向上委員会のWEBサイト

ニッスイのサラサラ生活向上委員会では、EPAの効果・啓蒙推進活動をWEBサイトで紹介しています。

<http://sara2.jp/>

- EPA・DHAってなに?
- EPA・DHAが注目される理由
- サラサラ生活を始めよう
- ニッスイのEPAへの取り組み



サラサラ更新情報

- 2013.11.21 **NEW**
EPA値を更新しました。
- 2013.11.14
EPA値を更新しました。
- 2012.11.7
EPA値を更新しました。
- 2013.10.21
EPA値を更新しました。
- 2013.10.04
EPA値を更新しました。
- 2013.10.17
EPA値を更新しました。

サラサラ生活向上委員会

サラサラ生活向上委員会
SPORTS EPA
EPA 30日はEPAの日
サラサラレシピ紹介

社員を超える!チャレンジ「血液サラサラ宣言」

社長 VS 社員 挑戦状

社長のEPA値を超えた社員はいるか!

いよいよ!! **結果発表**

「水産会社の社員である私たちがまずは、積極的に魚を摂取し、EPAの量を体質しよう」

EPA・DHAの普及活動、イベントやセミナーについてご案内!

委員会活動報告

社長へ視る社員の日常をお届け!

以上の件に関するお問い合わせ先
 日本水産株式会社
 経営企画IR室 広報IR課
 TEL:03-3244-7101