



<報道関係者各位>

メリタジャパン株式会社  
2018年4月16日

**<コーヒー×脳科学>**  
**おうちコーヒー派にはコーヒーグラインダー**  
**集中力や記憶力を高めたい人に朗報！？**  
**挽きたてのコーヒーの香りが脳を活性化することが判明**

メリタジャパン株式会社では、ご家庭でのコーヒーにこだわるユーザーの増加に合わせて、コーヒーの香りにつつまれる実証実験を行いました。その結果、頭を積極的に働かせるシーンにおいて、飲む直前に挽いた新鮮なコーヒーの香りは、集中力や記憶力、さらに企画力を発揮する際に最も重要な役割を果たす脳の前頭葉の血液量を明らかに高め、その能力を向上させることが明らかになりました。更に、その作用はお湯を注ぐときよりも、豆を挽くときのほうが顕著であることがわかりました。

**調査結果概要**

**1. コーヒーグラインダーで挽きたてのコーヒーの香りは集中力や記憶力、企画力の中枢「前頭葉」を活性化する！**

コーヒーにお湯を注ぐ時に発生する香りよりも、グラインダーで豆を挽いた直後に発生する香りのほうが、脳の司令塔といわれる前頭葉部分の血流量を増加させるという結果に。コーヒーをグラインドする際に発生する香りが、頭を働かせるシーンにおいてパフォーマンスを向上させるという事実が明らかになりました。

**2. たった一週間でその差は歴然！脳を最も活性化させるのは“挽いた直後”の香りだった！**

さらに、挽いた直後のコーヒーの香りをかいだ時は、挽いてから一週間が経過したコーヒーの香りをかいだ時よりも前頭葉部分の血流量が大きく増加するという結果に。挽きたての新鮮なコーヒーは、香り高さだけでなく、脳を活性化する働きも持つことが実証されました。

※本リリースに含まれる調査結果をご掲載頂く際は、必ず「メリタジャパン調べ」と明記してください。

**【実験施行日】**

2018年3月31日～4月1日の2日間

**【監修・実施】**

古賀良彦先生(杏林大学名誉教授・医学博士)

**【調査対象】**

20代～40代男女9名

**【被験者条件】**

右利きの方、花粉症や鼻づまりなどがなく香りを問題なく感じ取ることのできる方、コーヒーに関心のある方

**【検証方法】**

情緒測定アンケート記入後、目を閉じ1分半安静状態を保った後グラインダー音とともにグラインダーで挽いた直後の新鮮なコーヒーの香りをかきながら、ランダムに音声で流れてくる数字を何も考えずに2分間聞き流した状態で、脳の前頭葉16部位の血流増加量を近赤外線スペクトロスコピー(光トポグラフィ)で計測。その後、先ほど挽いたコーヒーにお湯を注ぎ発生する香りをかきながら脳血流増加量を計測する。

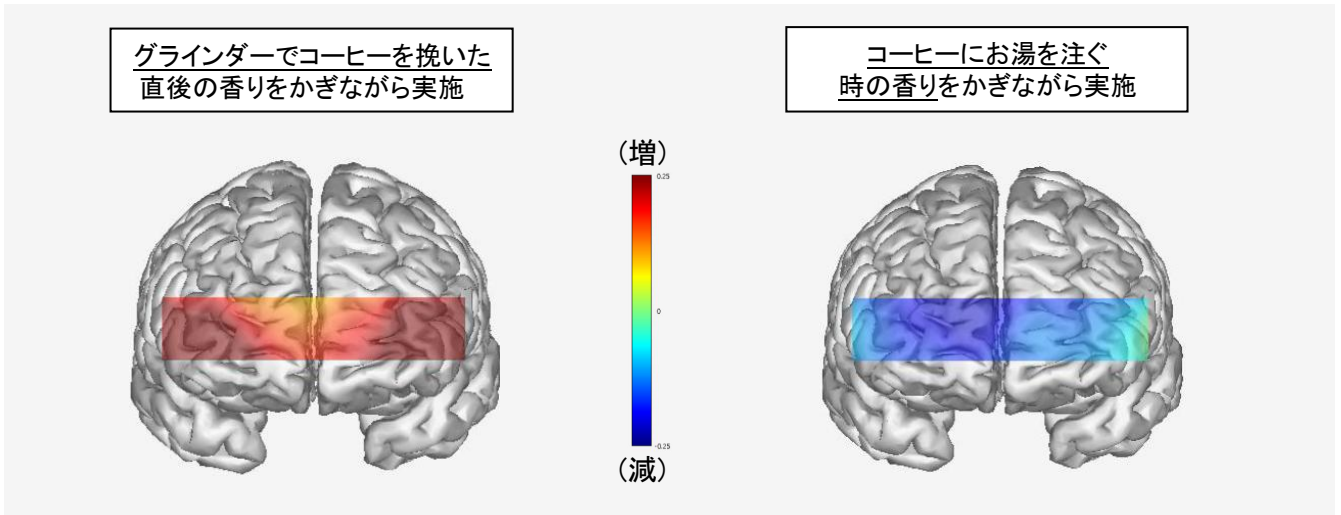
次に、1分半安静にした後グラインダー音とともにグラインダーで挽いた直後の新鮮なコーヒーの香りをかきながら2分間ランダムに音声で流れてくる数字を頭の中で計算し脳血流増加量を計測。その後、先ほど挽いたコーヒーにお湯を注ぎ発生する香りをかきながら同じ計算をして脳血流増加量を計測し、情緒測定アンケートを記入。

10分間の休憩後、同フローを挽いてから一週間経ったコーヒーを用いて実施。

■1. コーヒーグラインダーで挽きたてのコーヒーの香りは集中力や記憶力、企画力の中核「前頭葉」を活性化  
する！

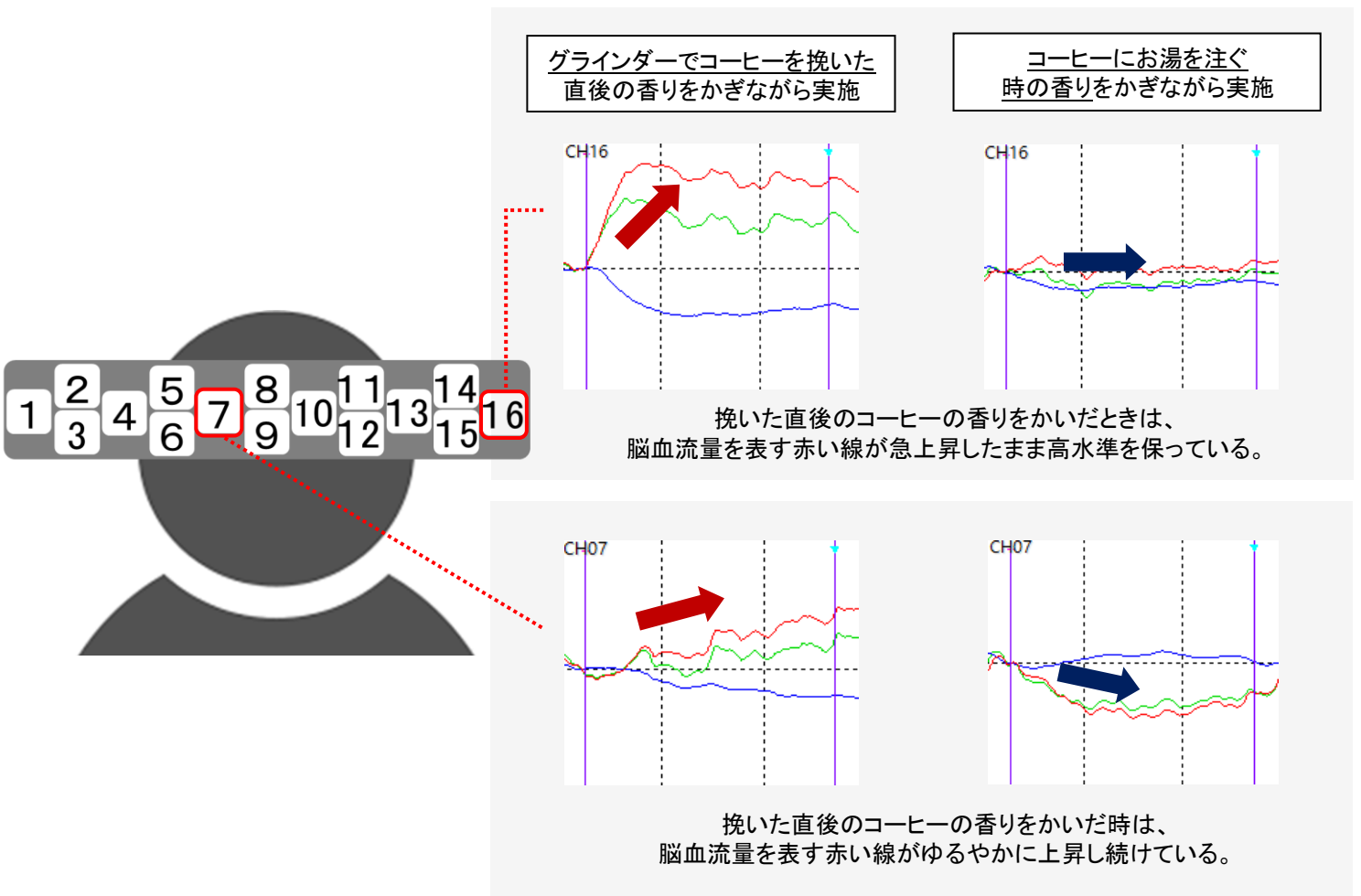
計算課題を行う際、被験者9名全員が、コーヒーにお湯を注ぐ際に発生する香りをかぎながら取り組んだ時よりも、グラインダーで豆を挽いた直後に発生する香りをかぎながら取り組んだ時の方が、脳の前頭葉部分の脳血流増加量が高いという結果になりました。

【図1】計算開始1分経過時の脳血流画像（被験者9名平均）



【図2】部位別脳血流量の変化（被験者9名平均）

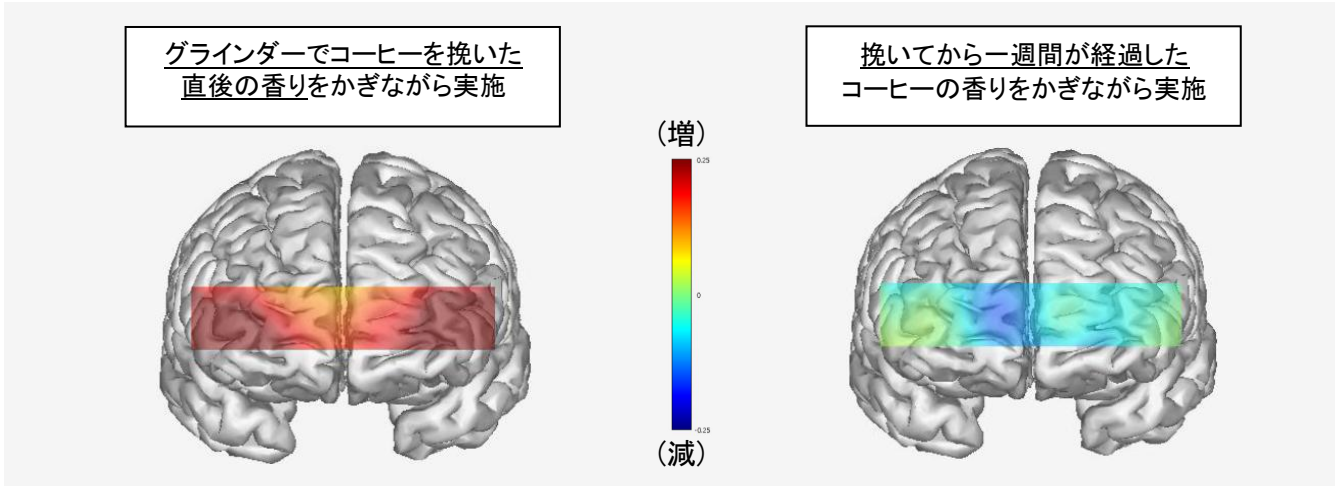
測定した脳の前頭葉16部位の全箇所において、グラインダーでコーヒーを挽いた直後の香りをかいた時は、コーヒーにお湯を注ぐ香りをかいた時よりも血流量が大きく増加しました。



**■2. たった一週間でその差は歴然！脳を最も活性化させるのは“挽いた直後”の香りだった！**

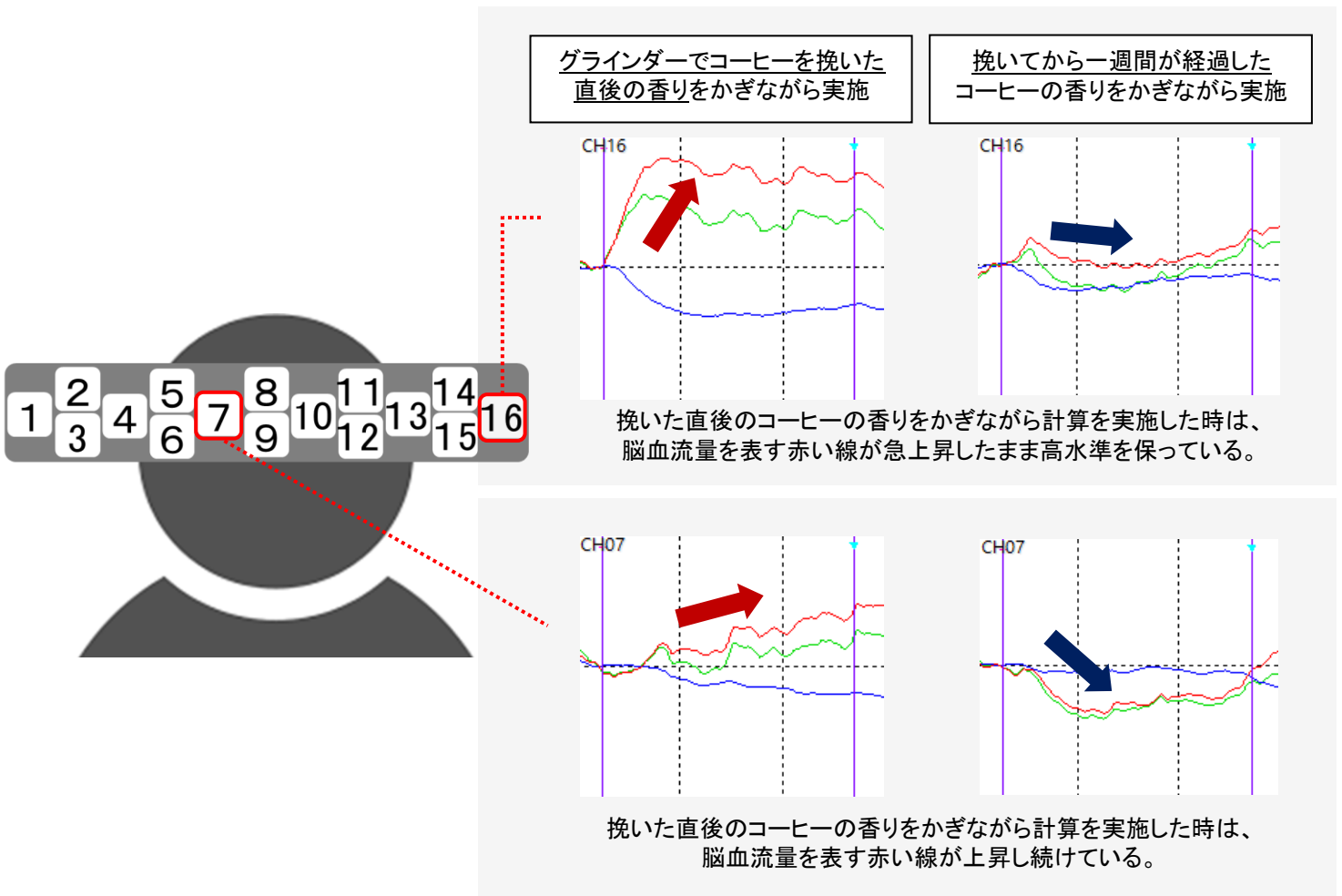
同じ計算課題を行った際、その場で挽いた新鮮なコーヒーの香りをかきながら取り組んだ時は、挽いてから一週間が経過したコーヒーの香りをかきながら行った時よりも、脳の前頭葉部分の脳血流量が大幅に増加するという結果になりました。コーヒーを挽いた後すぐの香りを楽しむことが、脳の活性化を促すことが明らかになりました。

【図1】計算開始1分経過時の脳血流画像（被験者9名平均）



【図2】部位別脳血流量の変化（被験者9名平均）

測定した脳の前頭葉16部位の全箇所において、グラインダーでコーヒーを挽いた直後の香りをかいた時は、挽いてから一週間が経過したコーヒーの香りをかきながら行った時よりも血流量が大きく増加しました。



## ■古賀教授コメント

前頭葉は集中力や記憶力、プランの実行などを司る脳の中でも高等な機能を営む重要な部位です。今回の実証実験での被験者9名全員の前頭葉16部位全箇所血流量が大幅に上昇したという結果は、挽きたてのコーヒーの香りが持つ強い脳活性化作用を示しています。集中したいときやアイデアを生みたいときは、コーヒーを挽き、お湯を注ぐ前に新鮮な香りを十分に楽しんでから頂くことがおすすめです。

## ■実証実験監修 古賀良彦先生プロフィール



昭和21年東京都世田谷区に生まれる。昭和46年慶應義塾大学医学部卒業後、昭和51年に杏林大学医学部精神神経科学教室に入室。その後2年に助教授、平成11年に主任教授となり現在に至る。日本睡眠学会名誉理事長、日本ブレインヘルス協会理事長、日本薬物脳波学会副理事長、日本臨床神経生理学会名誉会員、日本TMS研究研修センター理事長などを務める。

## ■業務用フラットカッターディスクを採用したメリタの本格コーヒーグラインダーで挽きたてのコーヒーを楽しもう！

今回の実証実験では、コーヒーはお湯を注ぐ前に挽きたての新鮮な香りを十分に楽しむことが重要であることがわかりました。メリタジャパンで販売している「メリタ フラットカッターディスクコーヒーグラインダー」は、豆から挽いた新鮮なこだわりのおうちコーヒーを淹れることができます。

業務用にも使われているフラットカッターディスクを採用し、また、粗挽きから細挽きまで17段階の挽き具合を調整可能です。さらに、豆が最大200グラム入るため、一気に大容量挽くことが可能です。

メリタジャパンでは、この他にもグラインダー製品を豊富に取り揃えています。是非、挽きたての新鮮なコーヒーをお楽しみください。



### 【製品概要】

製品名：メリタ フラットカッターディスク コーヒーグラインダー  
型番：ECG71-1B  
販売開始時期：2017年12月13日  
価格：12,000円  
本体サイズ：W97 \* L160 \* H255mm  
本体重量：1.2kg  
商品URL：<http://melitta.co.jp/personal/coffeemill/>

### 【メリタジャパンについて】

社名：メリタジャパン株式会社(MELITTA JAPAN LIMITED)  
本社所在地：〒136-0071 東京都江東区亀戸2丁目26番10号 立花亀戸ビル6階  
TEL：03(5836)2701(大代表) FAX：03(5836)2706  
URL：<http://www.melitta.co.jp/>

※お客様問い合わせ先：カスタマーサービスセンター 0120-33-0212