

いつもの料理にかけるだけ！

「沖縄・奄美のきびオリゴ」コクのあるおいしさで新しい腸活サポート 「“お肉”で腸活」プロジェクトをスタート

管理栄養士 望月理恵子先生 考案・監修「“お肉”で腸活レシピ」を紹介



ウェルネオシュガー株式会社（本社：東京都中央区、代表取締役社長：山本貢司）は、腸内環境・便通改善に効果のある機能性表示食品「沖縄・奄美のきびオリゴ」をリニューアルし、2024年10月より販売を開始しました。この度、毎日作るお肉料理やおかずにお使い頂くことで、手軽においしく腸活をはじめることができる「“お肉”で腸活」プロジェクトをスタートいたします。

「沖縄・奄美のきびオリゴ」は、国産さとうきびを100%使用したブラウンタイプのフラクトオリゴ糖シロップです。保存料を使用せず、素材にこだわり、シンプルに「さとうきびだけ」で作りました。さとうきび本来のまろやかな甘みとコクのあるおいしさをそのままに、腸内環境を改善する機能性表示を取得しています。いつもの食事で手軽に健康を維持したいお客様に向け、「自然素材」「おいしさ」「健康」を軸に開発された商品です。本商品は、フラクトオリゴ糖が消化されずに大腸まで届く特性を活かし、毎日の腸活をサポートします。また、カロリーが上白糖比で30%カットされているため、健康維持にも最適です。さらに、料理のおいしさを引き立てるコクのある甘さで、さまざまなレシピにご活用いただけます。

近年、食事や運動で腸内環境を整える「腸活」は注目されていますが、一方で、日本インフォメーション(株)の調査によると、日本国内20~60代の男女の4割以上が「（「腸活」を知っているが）今までに腸活を行ったことがない」と回答しています。一般的に腸活として摂取される食品ではヨーグルトや納豆等の発酵食品が多いですが※、家族で食の好みが分かれなど取り入れることが難しい理由があるのかもしれません。

※2023年8月の日本インフォメーション(株)による「腸活」に関する調査

そこで、ウェルネオシュガーは、ご家庭で食卓に上がる機会の多いお肉料理に注目し、砂糖の代わりに「沖縄・奄美のきびオリゴ」を活用することで、手軽においしく腸活を始めることができる「“お肉”で腸活」プロジェクトをスタートいたします。本商品はさとうきび本来のまろやかな甘みとコクのあるおいしさで、さまざまな肉料理との相性が良いことから、お子様の好きな肉料理や大人向けのおつまみなど、あらゆる世代の方に楽しんでいただけるレシピを開発・紹介しながら、フラクトオリゴ糖のはたらきや特性を理解し、「“お肉”で腸活」を家庭料理に取り入れるコツをお客様に発信してまいります。プロジェクト第一弾として、管理栄養士の望月理恵子先生の考案・監修による冊子「沖縄・奄美のきびオリゴを使って“お肉”で腸活レシピ」を制作。特設サイトなどで公開するほか、今後さまざまな取組みを展開してまいります。

■「“お肉”で腸活」プロジェクト概要

日々の健康維持としてトレンドとなっている「腸活」。腸活に興味がある方、実際に腸活に取り組んでいる方も多いのではないでしょうか。一方で、腸活に興味はあっても、毎日の食事に発酵食品をこまめに取り入れるのは面倒だったり、味に飽きてしまうことも。「沖縄・奄美のきびオリゴ」は、手軽でおいしい新たな腸活手法として「“お肉”で腸活」を提案します。ご家庭の食卓に上ることの多いお肉料理に「沖縄・奄美のきびオリゴ」を加えるだけ。フラクトオリゴ糖が消化されずに大腸まで届く特性を活かしつつ、料理のおいしさを引き立てるまろやかな甘みとコクもプラスされることで、手軽でおいしく日々の腸活に取り組むことができます。

●展開内容

①「“お肉”で腸活レシピ」ブック公開

管理栄養士の望月理恵子先生の考案・監修による、ご家庭で手軽につくれる、“お肉”で腸活レシピ9品を掲載したレシピブックを制作しました。以下より、ご覧いただくことができます。

- ・商品特設サイト (<https://www.wellneo-sugar.co.jp/special/kibiorigo/>) にて11月中旬より公開
- ・公式オンラインストア「ウェルネオマーケット」 (<https://www.ilovesweet.jp/>) にて
「いい肉の日」の11月29日（金）以降、「沖縄・奄美のきびオリゴ」をご購入いただいた方へ配布

②「“お肉”で腸活」Instagramキャンペーン

「いい肉の日」の11月29日（金）より、「“お肉”で腸活」Instagramキャンペーンを実施します。抽選で「沖縄・奄美のきびオリゴ」や関連アイテムをプレゼント。詳細は、後日公式アカウントにて発表いたします。

- ・公式アカウント (https://www.instagram.com/wellneo_sugar/)

③東京都内のレストランで、「“お肉”で腸活」コラボレーションメニューを展開予定 ※詳細は後日発表

「いい肉の日」の11月29日（金）より約1ヶ月間、東京都内のお肉料理が人気のレストランなど、2ブランド各3店舗、計6店舗にて、「お肉”で腸活コラボレーションメニューを展開します。提供メニューは、「沖縄・奄美のきびオリゴ」を使ったお肉料理を6品。クリスマスシーズンにふさわしい華やかな料理から、お酒に合う料理やお子様が楽しめる料理まで幅広く展開予定です。詳細は後日発表いたします。

●プロジェクト監修



望月 理恵子（もちづき りえこ）先生

管理栄養士 株式会社Luce代表取締役 健康検定協会 理事長

山野美容芸術短期大学講師、小田原短期大学講師、服部栄養専門学校特別講師、小田原銀座クリニック栄養顧問、日本臨床栄養協会評議員。アンチエイジング、美容、ダイエット、食育の分野で活躍しており根拠ある栄養学を提供・監修し、テレビ・雑誌などメディアに多々出演している。

著書も『やせる時間に食べてみた！』（主婦の友社）など多数。

■商品概要

さとうきび本来のやさしい風味を残したブラウンタイプで、まろやかな甘みとコクのあるおいしさ。使いやすい液体タイプなので、トースト・ヨーグルト・飲み物はもちろん、煮物などのお料理、デザート用のシロップなど毎日の食事にお使いいただけます。

商品名	沖縄・奄美のきびオリゴ
原材料	さとうきび原料糖（国産さとうきび）
内容量	350g / 800g
賞味期限	製造日から2年間
販売店	全国の食品スーパー、公式オンラインストア、一部ECサイトなど
価格	オープン価格

※保存料不使用 ※1日摂取目安量:20g（小さじ3杯分）



機能性表示食品

＜機能性表示成分＞ フラクトオリゴ糖 3.0g（1日摂取量20gあたり）

＜届出表示＞ 本品にはフラクトオリゴ糖が含まれます。フラクトオリゴ糖は、腸内の善玉菌であるビフィズス菌を増やし、腸内環境を改善し、便秘気味の方の便通を改善する機能があることが報告されています。（届出番号：J34）

* 本品は事業者の責任において特定の保健の目的が期待できる旨を表示するものとして、消費者庁長官に届出されたものです。

ただし、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。

* 食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

●「沖縄・奄美のきびオリゴ」特設サイト：<https://www.wellneo-sugar.co.jp/special/kibiorigo/>

「沖縄・奄美のきびオリゴ」3つのこだわり

「沖縄・奄美のきびオリゴ」は、「カップ印」「クルルマーク」「セブン印」等のブランドで知られる当社が、戦略的商品としてウェルビーイング(Well-being)を実現する、「自然素材」「おいしさ」「健康」の3つにこだわり抜いた商品です。

① 素材へのこだわり

沖縄・奄美産さとうきび100%使用

南国の太陽と豊かな自然に育まれ、厳選された国産さとうきびのみを使用し、その自然の甘みと栄養を最大限に引き出しています。

② おいしさへのこだわり

コクのある自然な甘み

さとうきび本来のやさしい風味を残したブラウンタイプで、まろやかな甘みとコクのあるおいしさを実現しました。人工甘味料を使用せず、自然な味わいを追求しています。

③ 健康へのこだわり

腸活をサポートするフラクトオリゴ糖

さとうきび由来のフラクトオリゴ糖を豊富に含み、腸内環境の改善と便秘気味の方の便通改善が期待できます。カロリー30%カットを実現しながら、自然な甘みと風味を保持。保存料不使用の安心素材です。

腸活をサポートするフラクトオリゴ糖

「沖縄・奄美のきびオリゴ」は、沖縄・奄美産のさとうきびを100%使用したフラクトオリゴ糖シロップです。フラクトオリゴ糖は腸内の善玉菌であるビフィズス菌を増やし、腸内環境を改善し、便秘気味の方の便通を改善する機能があることが報告されています。

フラクトオリゴ糖が
大腸まで届く

ビフィズス菌が
増える

腸内環境改善
便秘気味の方の
便通改善 など

フラクトオリゴ糖とは

バナナ、スイカ、モモなどの果物や、タマネギ、ゴボウ、トマトなどの野菜にも含まれている、消化されにくいオリゴ糖。

胃や小腸で消化されることなく、大腸まで届きます。砂糖に近い甘みがあり、カロリーは砂糖の30%カットであるため砂糖と比べると低カロリーです。

ビフィズス菌とは

主に人間や動物の腸内に存在する代表的な善玉菌。腸内で有害な菌の繁殖を抑え、腸の働きを良くする働きがあります。ビフィズス菌は酸に弱く、経口摂取によって生きたまま腸まで届けることが難しいですが、腸内に元々存在しているビフィズス菌を増やすためには、その材料となるオリゴ糖などをとることが有効とされています。

(「厚生労働省e-ヘルスネット」より)

ただの砂糖じゃ、ない。



■「お肉」で腸活」お手軽レシピ

ご家庭で食卓によく上がる人気のお肉料理に「沖縄・奄美のきびオリゴ」を取り入れた、お手軽レシピをご紹介します。ぜひ「お肉」で腸活」をお楽しみください。

「鶏の唐揚げ 味噌マヨディップ添え」

味噌とマヨネーズ、きびオリゴのディップソースがおいしさを引き立てる一品



*材料 <2~3人前>

鶏もも肉	1枚	【味噌マヨディップソース】
【A】おろしにんにく	大さじ1	味噌 大さじ1
【A】おろししょうが	小さじ1	マヨネーズ 大さじ3
【A】酒	大さじ2	沖縄・奄美のきびオリゴ 大さじ1
【A】醤油	大さじ1	
【A】ごま油	小さじ1	
【A】溶き卵	1/2個	
片栗粉	適量	

*作り方

- 鶏肉は食べやすい大きさに切り、【A】と一緒に袋に入れ揉みこみ、30分ほど冷蔵庫に入れる。味噌マヨディップソースの材料はすべて混ぜ合わせておく。
- ペーパーで肉の汁気を拭き取り、全体に片栗粉をまぶし、180℃の油（分量外）で揚げる。
- 味噌マヨディップソースを添えて、出来上がり。

<腸活のポイント>

ディップソースにきびオリゴと発酵食品の味噌を加えることで腸活にぴったり。ディップソースは加熱しないのでオリゴ糖の機能はそのままに。また、油は腸の動きを活発にします。

「炊飯器でお手軽ラフテー（豚の角煮）」

きびオリゴのコクと甘みが引き立つ沖縄の定番料理。木口木口食感がやみつきに。



*材料 <3~4人前>

【茹で用】		【仕上げ用】
豚角煮用（ブロック）	500g	沖縄・奄美のきびオリゴ 小さじ1
お酒	1カップ	
【煮込み用】		
鰹だし	500ml	
酒	大さじ1	
沖縄・奄美のきびオリゴ	60ml	
しょうゆ	60ml	

*作り方

- 鍋に豚肉と酒、かぶる程度の水を入れ、火にかけアツを取りながら10分ほど沸騰させる。
 - 鍋から豚肉を取り出して水洗いし、アツを完全にとる。※①の茹で汁は捨てないで取っておく。
 - 豚肉と鰹だし、酒、きびオリゴを炊飯器に入れ、①の茹で汁を肉がかぶるくらい加え、通常の炊飯モードで炊く。
 - 炊き上がったら、最後にきびオリゴを入れて、出来上がり。
- ※保温モードで1時間程度おくと、さらに照りや柔らかさが増します。

<腸活のポイント>

砂糖をきびオリゴにかえることで、腸内環境の改善が期待できます。また、使用するお肉を肩ロースにすることでよりヘルシーに。※肉はブライン水に4時間ほど漬けこんでおくと、さらに柔らかくなりおいしくなります。

[ブライン水] 水 100ml／沖縄・奄美のきびオリゴ 大さじ1/2／塩 小さじ1

「フルコギサンドイッチ」

甘辛味がやみつきに。きびオリゴのやさしい甘みとコクが引き立つ大満足のサンドイッチ



* 材料

<2人前>		【A】おろしにんにく	大さじ 1
牛肉薄切り	150g	【A】コチュジャン	大さじ1
にんじん	20g (1/3個)	【A】酒	大さじ2
玉ねぎ	50g (1/4個)	【A】醤油	大さじ2
にら	8g (2本)	【A】沖縄・奄美のきびオリゴ	大さじ 1
ピーマン	10g (1/2個)	【A】ごま油	大さじ 1
		食パン (8枚切り)	4枚
		バター	適量

* 下準備

- ・ボウルに牛肉を入れ、【A】を入れ揉みこむ。
- ・にらは5cm幅、他の野菜は千切りにする

* 作り方

- ①フライパンに、漬けこんだ牛肉と野菜を入れ、全体を混ぜ、中火で肉に火が通るまで15分ほど焼く。
- ②パンにバターを薄く塗り、①を挟んで出来上がり

<腸活のポイント>

オリゴ糖などが含まれている玉ねぎやにんにく、食物繊維が多いにらやピーマンなどの野菜、そして発酵食品であるコチュジャンと一緒に摂ることで腸活にぴったりなサンドイッチに。赤身の多い牛肉の場合は【A】を揉みこむ前にきびオリゴをまぶすことで、さらに柔らかく仕上がります。また、パンをブランパンや玄米食パンなどにすると、より食物繊維が摂取できさらに腸活の効果が期待できます。

■会社概要

ウェルネオシュガー株式会社は、2024年10月1日に子会社である日新製糖株式会社および伊藤忠製糖株式会社との完全統合を実施いたしました。

会社名	ウェルネオシュガー株式会社
代表者	代表取締役会長 仲野 真司
	代表取締役社長 山本 貢司
本社所在地	〒103-8536 東京都中央区日本橋小網町14-1 住生日本橋小網町ビル
設立	2011年10月3日 (2023年1月1日 日新製糖株式会社より商号変更)
事業内容	「カップ印」、「クルルマーク」、「セブン印」ブランド等の砂糖の製造・販売。機能性素材、食品添加物、可食フィルム、糖由来・甘味料関連を扱うフードサイエンス事業 「ドウ・スポーツプラザ」運営を行うフィットネス事業など。
URL	https://www.wellneo-sugar.co.jp/

<報道関係の皆様からのお問い合わせ先>

沖縄・奄美のきびオリゴPR事務局(株式会社サニーサイドアップ内)

担当:永倉 (080-4249-3358)、佐藤若菜 (080-4652-1425)、小山綾香

TEL:03-6894-3251 FAX:03-5413-3232 Email: kibioligo_pr@ssu.co.jp