

CAFE JARAKKY(さぬきジャラッキー)は、、、

インドネシアのバリ島産で、無農薬・手摘み・完熟コーヒー豆(バリジャラク)を使用し、地元香川県の工場で焙煎された焼きたてコーヒーに、さぬき希少糖含有シロップを加えて作られています。

糖類の代表である砂糖は、甘味を呈するが、高カロリー・高グリセミック値を有するため、過剰摂取することで高血糖や肥満など生活習慣病を引き起こしがちである。

一方、合成甘味料はカロリーはないものの、単に食品を甘くするだけのものです。

そこで、自然界に微量にしか存在しない単糖「希少糖 D-プシコース」を、香川県の産学官連携プロジェクトにより大量生産を可能にしたことで、食品加工への応用研究が進んでいます。

[希少糖 D-プシコースの働き、特徴について]

1. 甘さは砂糖の70%で、高い溶解性を示す
2. ノンカロリーシュガーであり、速やかに体に吸収され、速やかに排泄されるため、生活習慣病予防に効果的

| | | | |
|------------------------------|------------|--------|----------|
| ・ エネルギー | 砂糖、ブドウ糖、果糖 | 1g 当たり | 4kcal |
| | D-プシコース | | 0.39kcal |
| ・抗肥満作用も確認(メタボリックシンドローム予防や改善) | | | |

3. 低グリセミック値を示す
- ・食後血糖の急激な上昇を抑制する(動物及びヒトで確認—1日5g以上)

4. 食品加工における効果
- ・砂糖や甘味料の代替として利用—プリン、ケーキ類で抗酸化性

[希少糖含有シロップについて]

成分：ブドウ糖、果糖、マンノース、希少糖(D-プシコース、D-アロース等)

甘味：砂糖の9割程度の甘味

エネルギー：砂糖の8~9割なので全くエネルギーゼロではありません

低コストで安全性、有効性のある液糖

希少糖含有シロップの長期摂取試験(1日1回30gを12週間摂取)の結果
体重—1.8kg、BMI—0.7、体脂肪率—1.7%であった

また、本来コーヒーにはポリフェノールが含まれており、その中のクロゲン酸に、脂肪の燃焼を促す作用があるという実験結果があります。

以上のように、2つの食品の機能が合わさったカフェジャラッキーは健康志向の高い食品といえます。

公益社団法人 香川県栄養士会
会長 三野 安意子