

特集 ゴマ由来素材

ゴマの健康効果は幅広く、セサミンの機能性研究では、動脈硬化の予防や女性の更年期障害に対する自律神経機能改善、血管弾力性改善などさまざまな機能が報告されている。機能性表示食品でも抗疲労や睡眠改善を訴求したアイテムも。漢方や妊活、アーユルヴェーダなどで話題となる黒ゴマの知名度も高く、薬系ルートや通販の売れ筋上位には、黒ゴマを強調したものや、醗酵、プレミックスなどで差別化を図った商品が目立つ。ゴマ・セサミンサブリューザーの約8割が「ほぼ毎日利用」(『健康・サブリ』レポート(株式会社ヘルスケア)するなど継続性が高い点も大きな特徴で、大手食品・医薬品メーカーのサプリメントにも数多く採用されている。健康志向商品の開発にあたり、「栄養成分」と「味香りの良さ」を両立するゴマは、クッキーや煎餅、バーなどの製菓や、ふりかけ、オイルなどの調味料でも幅広く活用されている。妊婦が安心して食べられる“マタニティフード”として認定されるなど新たな展開も見られる。

！セサミン配合サブリ続々

ゴマ・セサミン配合のサプリメント市場では、セサミン研究・開発実績30年以上の実績を持つサントリーウエルネスがシェア6割超を占める。セサミンを用いた機能性研究では、動脈硬化の予防、女性の更年期障害に対する自律神経機能改善、血管弾力性改善、日常疲労に対する効果と肝臓保護など数多くの研究成果を報告している。近年は、認知改善やダイエット、スポーツニュートリション、温活などを訴求した提案も進む。

セサミン配合サプリメントをみると、サントリーウエルネスでは、『セサミンEX オリザプラス』などの『セサミン』シリーズをはじめ、機能性表示食品としてセサミン類とアスタキサンチンを機能性関与成分に疲労感の軽減等を訴求した『セサミンバイタル』や、セサミン類とレチアニンを機能性関与成分に睡眠改善を訴求した『サントリー快眠セサミン』などが流通。また、大正製薬『大正セサミン』、やずや『アマニとえごま セサミンプラス』、オリヒロ『セサミンスクワレン配合カプセル』など、セサミンを手軽に摂れるだけでなく、セサミンとのプレミックスによる相

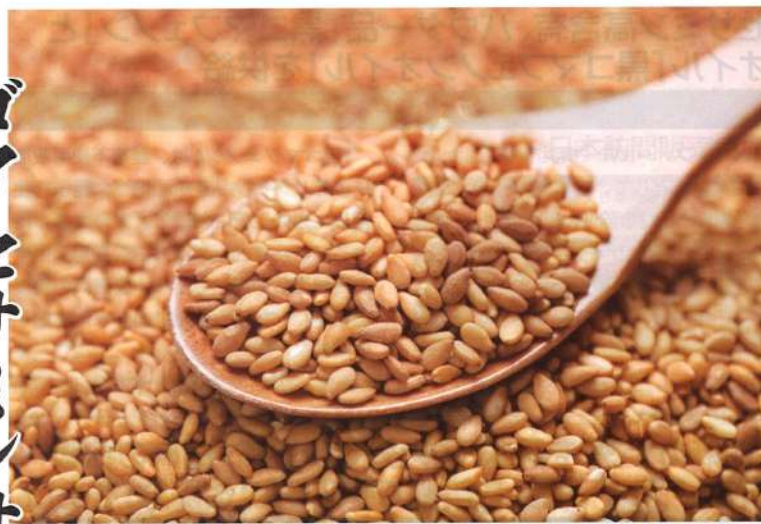
乗効果を訴求したサプリメントも増えている。

漢方や妊活、アーユルヴェーダなどで話題となる黒ゴマの知名度も高く、薬系ルートや通販で売れ筋の上位には、アサヒグループ食品のディアナチュラシリーズ『黒セサミン』や、ディーエイチシーの『醗酵黒セサミン+スタミナ』『醗酵黒セサミンプレミアム』など“黒胡麻”や“醗酵”を強調したサプリメントが見られる。

！「ほぼ毎日利用」約8割

サプリメントで注目されるのは、ゴマ1粒にわずか1%程しか含まれない脂溶性の抗酸化物質であるリグナンで、ゴマの代表的なリグナンがセサミンとなる。㈱インテージヘルスケア『健康食品・サプリメント+ヘルスケアアフーズ+セルフヘルスケア市場実態把握レポート2024年度版』によると、ゴマ・セサミンのメインユーザーは50~70代男女で、利用者の79%が「ほぼ毎日利用」と回答。60代と70代の男性で36.5%を占める。利用目的は、「健康維持・増進」(41%)がトップで、以下、「抗酸化・老化予防」(14.5%)、「疲

ゴマ・セサミンサブリ、「ほぼ毎日利用」8割



“マタニティフード”認定など新たな展開も

労回復」(5.9%)、「栄養バランス」(4.9%)と続く。セサミン含有サプリメントの定着率は高く、主要販社の売れ筋ランキングでも底堅い安定した推移を示すことから、新規商品開発に採用するケースが増えている。

！“マタニティフード”認定など新展開

原料サプライヤー各社は、オイルやパウダーを中心に、リグナンリッチを訴求した差別化原料を各種ラインアップ。フィットファーマ(株)は、ミャンマー産リグナンリッチゴマ種子由来の『黒ゴマフェノン(セサミン含有90%以上)』および『黒ゴマフェノンオイル』が大手食品メーカーや医薬品メーカーにも採用されている。

㈱わだまんサイエンスは、主力のマイクロパウダーが、日本マタニティフード協会認定の“マタニティフード”となったことで、商品に協会ロゴマークの付与・貼与が可能に。原料に加え、最終商品では、㈱ワタトー社との共同

開発品『胡麻丸〜金と黒〜』を新発売するなど、アイテム拡充を進めている。

！食品加工、外食などの業務用も拡大 “セサミン雑穀”も登場

サプリメント用途だけでなく、食品加工業者や外食産業など業務用でもゴマの活用が広がっている。

ゴマー筋の製造・販売で80余年の実績を持つ老舗企業の㈱大村屋は、業務用の練りゴマ、粒ゴマ、すりゴマが昨対6%増で推移。「中食関連が特に好調に推移した」という。なお、家庭用では、量販店で『金胡麻ドレッシング』が新たに採用され、野菜のおいしさを引き立たせるドレッシングの提案とともに、鍋物のたれなどの用途提案も進める。

雑穀商品からも新アイテムが登場。老舗の雑穀加工メーカーである㈱種商は2月3日、白ゴマと黒ゴマをメインにブレンドした雑穀米『健康一膳』を上市。“セサミン雑穀”をキャッチコピーに、認知の定着した雑穀とセサミンを組み合わせ、新たな需要創出を図る。

“胡麻の十徳”を訴求、国内外でリグナン胡麻の拡販へ 自社ブランド商品、包餡機で製造した『胡麻丸』を上市

わだまんサイエンス

創業明治16年の胡麻司・和田萬のグループ企業である、(株)わだまんサイエンス(京都市中京区)は、原料・OEM供給から自社ブランド商品の販売まで、多面的にゴマ事業を展開する。胡麻専門サプライヤーとして、安定供給体制の構築、エビデンスの蓄積、新アイテムの開発を推進するほか、国内外において胡麻の啓蒙活動に積極的取り組んでいる。既に発足した「胡麻おやつ研究会」では、販促資料として作成した小冊子「胡麻のQ&A」「リグナン胡麻のすべて」を配布。さらに、“胡

麻の十徳”をテーマに、食歴・美味・リグナン・香りの効果・民間伝承・相乗効果など、「胡麻は十徳を持つ健康志向食材」であることを訴求し、新規需要の掘り起こしに注力している。

原料供給では、セサミン規格化原料「リグナンリッチ黒胡麻(いりゴマ・オイル・ペースト・マイクロパウダーなど)」、リグナン胡麻油の搾油残渣を微粉末化した「リグナンリッチ黒胡麻マイクロファイバー(F)」から「金胡麻マイクロパウダー」「発酵胡麻」「国産胡麻若葉末」「地中海産

金胡麻」「有機胡麻(海外産)」まで、多様な原料アイテムを取り揃える。

リグナンリッチ黒胡麻(オイル、マイクロパウダー)は、台湾、米国・Amazonに掲載されたことを機に、海外への菓子用途、スナック用途での引き合いが開始されている。マイクロパウダー(黒胡麻、金胡麻)については、日本マタニティフード協会から妊婦が安心して食べられる“マタニティフード”として認定された。厚労省が示すマタニティ期の食事や栄養摂取基準に基づき認定され、商品に協会ロゴマークの付与・貼付が可能な点も差別化になっている。マイクロパウダーは、独自焙煎した胡麻を60メッシュ90%パス(一般黒スリゴマは10~42メッシュに分布・同

社調べ)で微粉碎したもの。“リグナンリッチ”と“胡麻の香りと風味”の両建てを実現しており、調味料での採用も進んでいる。

自社ブランド商品としては、胡麻を50%以上配合した胡麻クランチをOEMとして長年供給。新商品として、きな粉菓子専門店・(株)ワタトー社との共同開発品として、包餡機で製造するソフトタイプの『胡麻丸~金と黒~』を通販ルートで新発売。「胡麻の抗酸化性を活用したDHA配合の胡麻ドレッシングの商品化も予定している」とするなど、今後もアイテム拡充を進めていく。



トピックスI 胡麻について

アフリカやインドを原産とするゴマは、紀元前3,000年以前にナイル川流域ですでに栽培されていたとパピルスに記載されている。クレオパトラはゴマ油でパックをしていたという事実も示されている。

胡麻は中国の西方ペルシャ(現在のイラン、イラク地方)にあった胡の国からきた麻の種に似た種子ということで、“胡麻”と呼称されるようになった。なお、胡の国から伝えられたものには、胡瓜、胡桃、

胡椒、胡弓などがある。

日本へ伝わるきっかけを作ったのは仏教以来(538年)といわれているが、古く縄文時代の遺跡からも胡麻の種子が見つかる。伝来当初は貴重な灯用として用いられ、平安時代以降に食用に用いられたという説も。また、料理にゴマを加えて味をより美味しくできることが「ごま化す」の語源とも言われている。

中国では、クリーム状にしたゴマに蜂

蜜を混ぜたものを「精神丸」と呼び、「毎日食べると良い」とされ、紀元前に書かれた医食同源の書『神農本草経』には、黒胡麻について健康・滋養強壮に良いと使用されている。

主な産地は、熱帯から亜熱帯・温帯の北緯45度までの、アフリカ、中近東、東南アジア、中国、中南米の30ヵ国以上の国々で、生産量トップ3は、スーダン、インド、ミャンマー(2022年時点)となっている。生産量の約7割は生産国での自国消費に使われており、残りが世界中に流通

している。

胡麻の栽培種は世界に3,000種類以上あるが、大別すると白ゴマ、黒ゴマ、茶ゴマ、金ゴマの4種類がある。

サプリメント原料ではミャンマー産が主流。食用には、白ゴマ、黒ゴマ、金ゴマ、搾油用にはそれ以外の茶ゴマやミックスゴマなどが使用される。国内自給率は0.1%にも満たない状況で、99.9%を輸入に頼っている。国産白ゴマは、鹿児島県喜界島が基幹産業として国内シェア6割超を占める。

その1
安全性

その6
香りの効果

その2
食歴

その3
民間伝承

その4
リグナン

その5
化粧品

その10
相乗効果

その7
胡麻の葉

その8
多様性

その9
美味

胡麻の 十徳

【胡麻の十徳】について詳細は
右記QRコードからご覧いただけます



◆セサミンを規格した「黒胡麻微粉末」「黒胡麻ペースト」
「搾油」他、胡麻若葉末、金胡麻等をご提案

※「胡麻の十徳」は、「香りの十徳」、「椿の十徳」に倣って、株式会社わだまんサイエンスが提唱する胡麻の優位性です。



胡麻を通じて健康を科学する
～香と機能、個性ある胡麻をお届けします～
株式会社 **わだまんサイエンス**

本社 〒604-0845 京都市中京区烏丸御池上る二条殿町546
TEL 075-222-7318 / FAX 075-222-0318
<http://www.wadaman-s.com>