

噂の！エクオールと運動で健康に！

エクオールサプリメントと運動トレーニングの併用で、血管年齢がより若くなるかどうかを調べるモニターボランティアを募集します

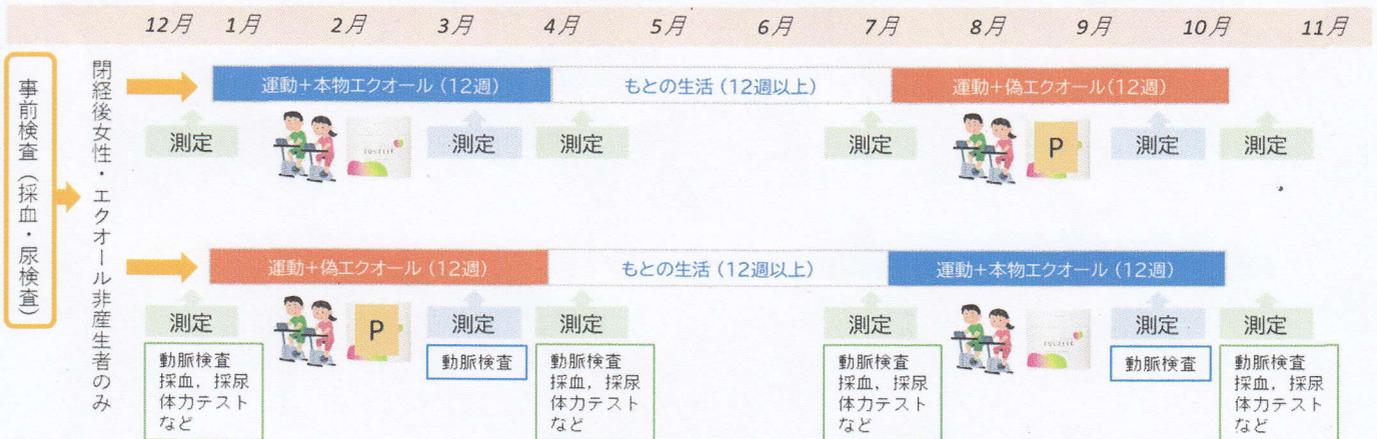
残り僅かです！
お早めに！

エクオールは女性ホルモン作用を有する「スーパーイソフラボン」です。今回、運動とエクオールサプリの摂取を3か月間×2クールおこないます。年内に測定、年明けから教室を開催する予定です。自分の体（血管年齢や筋肉量など）を知ることができ、運動習慣も身に付きます。もっと健康になりませんか？

なにやるの？

エクオールサプリメントの摂取と有酸素運動トレーニング

週2〜3回以上の有酸素運動の実施（国学院大学にて、月水金の夕方くらい）とエクオールサプリの摂取を行います。介入期間は12週間です。エクオールサプリを飲む期間（12週間）と偽薬（エクオールが含まれていないサプリ）を飲む期間（12週間）の2クールに参加して下さる方を募集します。それぞれのクールの前後に、血管年齢や採血検査、体力測定があります。



※本物が偽物かは研究終了までわかりません

参加が可能な方

①40〜69歳の閉経後の女性（最終月経より1年以上、事前の採血で確認します）、②エクオールを体内で産生できない方（事前の採尿によりエクオールが産生できるか調べます）、③非喫煙者、④心血管疾患既往のない方、⑤高血圧の薬を飲んでない方、⑥ホルモン補充療法を受けていない方、⑦大豆アレルギーのない方、⑧エクオールサプリを摂取していない方、⑨激しい運動トレーニングを行っていない方（要相談）、⑩健康になりたいという強い意思をお持ちの方
 先着順であり、人数に制限があるため、現時点で必ず研究に参加できるとお約束することができません。あらかじめご了承ください。サプリメント摂取だけのモニターも募集中です。

ご興味のある方はこちらまで！！まずは事前検査になります。お友達と一緒にいかがでしょうか？

責任者：林 貢一郎（はやし こういちろう）

（國學院大學 人間開発学部 健康体育学科 教授）

045-910-3732（研究室）

k-hayashi@kokugakuin.ac.jp（確実です）

<https://youtu.be/ChL4s0MaTRw>（説明動画 URL）



ご質問・お申込み



説明動画

※この研究は國學院大學ヒト研究等及びヒト由来試料研究等に関する倫理委員会の承認を得て行われる大塚製薬株式会社との共同研究です。最後まで参加された方には薄謝（クオカード）およびエクオールサプリ3か月分（1万2千円相当）を謝礼として進呈いたします。