



2025年3月27日

雪印メグミルク 弘前市と食生活改善を目指す取り組み 弘前市の「健康とまちのにぎわい創出事業」の一環として 独自の健康プログラムを実施

雪印メグミルク株式会社（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：佐藤 雅俊）は、弘前市の「健康とまちのにぎわい創出事業」の一環として、2024年11月から3ヵ月間にわたり、弘前郵便局社員50名を対象に、骨・カルシウムを意識した食生活改善プログラムを実施したところ、半数以上の参加者において総合的なカルシウム摂取状況が向上する結果が得られました。

	総合結果	個別の調査項目			
		乳製品の 摂取頻度	豆野菜類の 摂取頻度	水産物の 摂取頻度	朝食の 摂取頻度
向上	64.3%	71.4%	45.2%	40.5%	21.4%
維持	9.5%	16.7%	35.7%	33.3%	71.4%
低下	26.2%	11.9%	19.0%	26.2%	7.1%

※乳製品：牛乳、ヨーグルト、チーズ等 豆野菜類：豆類、大豆製品、青菜
水産物：海藻、骨ごと食べられる魚、小魚等

開始・終了時のカルシウム診断結果比較

(n=42 第3回診断未回答者は除外)

プログラムでは、開始時に参加者に対して骨・カルシウムに関する情報提供を行い、3ヵ月間の期間終了後、当社考案の「カルシウム診断」においてカルシウムの摂取量を診断していただきました。その結果、全体の約64%の参加者の食生活での総合的なカルシウム摂取状況（乳製品、豆野菜類、水産物、朝食の摂取頻度を含む）を表すスコアが向上しました。また、プログラム内で供給した当社乳飲料『MBP®カルパワー』の継続摂取により、約71%の参加者において乳製品の摂取頻度スコアが向上したことがわかりました。さらに、乳製品以外の食品の摂取頻度、朝食の摂取頻度についても向上がみられました。

今回のプログラムが日々の骨やカルシウム摂取に関する意識を高め、食生活改善の一助となることができたと考えています。一方でプログラム期間中に各食品の摂取頻度が低下してしまった参加者もいたことから、継続した食生活改善の難しさも改めて認識しました。

参加者からは「カルシウムについて普段意識することがなかったので良い機会となった」「カルパワーという商品も知ることができ、また毎日続けて乳飲料を飲むという経験ができたことは大変良かった」「間食を、おやつからチーズに変更するなど意識に変化があった」などの感想も寄せられました。

雪印メグミルクは、これからも弘前大学COI-NEXTでの活動や「骨太な未来プロジェクト」など様々な活動を通じて、骨の健康に貢献してまいります。

【実施詳細】

弘前市では、「健康都市弘前」の実現を目指し、市民一人一人が長く元気にいきいきと活躍する「ひとの健康」、まちも自然も産業もすべてが元気で健康な「まちの健康」、地域の未来を担う多様な人材が活躍する「みらいの健康」の3つの「健康」の視点により様々な取組みを推進しています。その取組みの1つとして、弘前市は、弘前大学 COI-NEXT と連携しながら「健康とまちのにぎわい創出事業」として、様々な取組みを進めています。当社はその取組みの一環としてカルシウムの摂取習慣を身につけていただくことを目的とした独自のプログラムを提供しました。

参加者は始めに骨・カルシウムに関する情報提供、骨の健康度チェックによって基本的な知識、自身の骨の健康度を認識した上で、2024年11月から2025年2月までの約3ヶ月間、プログラムに参加しました。

期間中は、当社の「カルシウム診断 (<https://www.meg-snow.com/fun/ca-check/>)」を3回受けて、自身の摂取状況を確認していただきました。

乳製品については、プログラム期間中は、当社乳飲料『MBP®カルパワー』を毎日召し上がっていただけるように弘前郵便局にお届けしました（※乳飲料が体質に合わない方には発酵乳『MBP®カルパワーヨーグルト 宅配専用』を提供）。また、参加者は青森県医師会附属健やか力推進センター主体の簡易型QOL健診も受診し、健康に関する意識を高めました。



カルシウム診断日の様子



骨の健康度チェックを受ける参加者

【プログラム構成】

2024年11月 【第1回実施】	→	2024年12月 【第2回実施】	→	2025年1月 【第3回実施】
・骨、カルシウムに関する 情報提供 ・骨の健康度チェック ・カルシウム診断	『MBP®カルパワー』 ・職場にお届け ・摂取の推奨	・カルシウム診断	『MBP®カルパワー』 ・職場にお届け ・摂取の推奨	・カルシウム診断

【用語説明】

●健康とまちのにぎわい創出事業

弘前市は、「健康都市弘前」の実現を目指し、市民の健康意識の向上と行動変容を促すとともに、中心市街地の来街者増加とまちのにぎわい創出を図るため、弘前大学 COI-NEXT と連携しながら「健康とまちのにぎわい創出事業」として、様々な取組みを進めています。

今回は、弘前郵便局社員を対象に、食生活の改善や健康意識の向上につなげるため、簡易型 QOL 健診と、弘前大学 COI-NEXT 参画企業が提供する健康プログラムをセットとした独自のプログラムを実施しました。

● 『MBP®カルパワー』



日本人に不足しがちな「カルシウム」、女性に不足しがちな「鉄分」、さらに「ビタミンD」「ビタミンB₁₂」も1日分配合した当社宅配サービス専用の乳飲料です。

商品ページ URL : <https://www.meg-snow.com/products/detail.php?p=calpower>

● 弘前大学 COI-NEXT

弘前大学が文部科学省・JSTの「共創の場形成支援プログラム (COI-NEXT)」の拠点として採択され、展開している研究活動です。

● 「骨太な未来プロジェクト」

URL : <https://honemirai.meg-snow.com/>

見逃されがちな「骨の健康」を通じて人々の挑戦を応援する当社プロジェクトです。長年にわたる当社の乳の研究から得られた知見を活かし、特設サイトやメディア、イベント、学会などを通じて、骨に関する食、スポーツ、ウェルネス、子育てといったテーマで情報発信や体験の場を提供しています。

本件に関するお問い合わせ先

雪印メグミルク株式会社 広報IR部
TEL 03-3226-2124 FAX 03-3226-2150
E-mail msb-pr@meg-snow.com