

<プレスセミナーレポート> アサイーのパイオニア「フルッタフルッタ」 フェムケアの現状とこれからを考える「たべるフェムケア」

この度、株式会社フルッタフルッタ（所在地：東京都千代田区 社長：長澤 誠、以下当社）は、2022年4月27日（水）にJINNAN CAFE（東京・渋谷区）にて、「たべるフェムケア」プレスセミナー&試食会を開催いたしました。



フェムケア・フェムテック市場は拡大し、長らくタブー視されてきた女性の健康問題によりやく光が当たり始めた一方で、周りに相談し難い状況は大きく変わっていません。女性の健康問題の真の解決のためには、家庭・職場・学校・地域など社会全体が当事者として深く理解することが不可欠です。フェムケアの実態、課題、そして日常的に実践可能な解決法についての情報発信を通じ、女性の健康問題に対する理解を促し、すべての人の活躍を応援することを目的に開催いたしました。

本セミナーでは、一般社団法人日本フェムテック協会 代表理事の山田奈央子様には、フェムケアの現状と課題について講演いただいたほか、医師の石原新菜先生による20~40代女性1,000名を対象としたフェムケアの意識・実態調査から見えた課題とその解決法について講演いただきました。また、管理栄養士の石川三知先生には、家庭で簡単に取り組むことができる「たべるフェムケア」の実践法や、JINNAN CAFEをはじめ都内飲食店で提供開始となる「たべるフェムケアメニュー」をご紹介いただきました。

■フェムテック/フェムケアとは

女性の月経・妊娠・更年期といったさまざまな健康問題に対し昨今の健康市場で注目されています。「経済財政運営と改革の基本方針（骨太方針）2021」と「成長戦略フォローアップ」には、「フェムテックの推進」が盛り込まれ、「フェムテック製品・サービスの利活用を促す仕組み作りを2021年度から支援する」と明記され、これまでタブー視され、プライベートな問題とされてきた女性の健康問題に対し、社会全体が向き合い、支援していく流れが生まれています。

・フェムテック（Femtech）：Female（女性）とTechnology（テクノロジー）をかけた造語。女性が抱える健康の課題をテクノロジーで解決できる商品（製品）やサービスのことを指します。

・フェムケア（Femcare）：Feminine（女性の）とCare（ケア）を組み合わせた造語。女性の身体や健康のケアをすることを意味します。

■本件に関するお問合せ先■

講演：フェムケア／フェムテックの現状と課題

山田 奈央子様（一般社団法人日本フェムテック協会 代表理事）

日本はまだまだ女性ならではの健康問題がうまく解決できず、仕事やキャリアを断念する女性が多いのが現状です。女性は平均38年間、456回の生理があることになり、合計すると一生のうち生理期間は、6年3カ月（2280日間）にも及びます。その間、月経に関連した症状による不調が続きますがその労働損失は約4,911億円※とも言われています。一方、2025年時点のフェムテックによる経済効果は約2兆円/年※と推計されています。「自分の体と心を知る」ことで1人1人が活躍し、相互理解が当たり前のウェルビーイングな社会の実現を目指していきましょう。

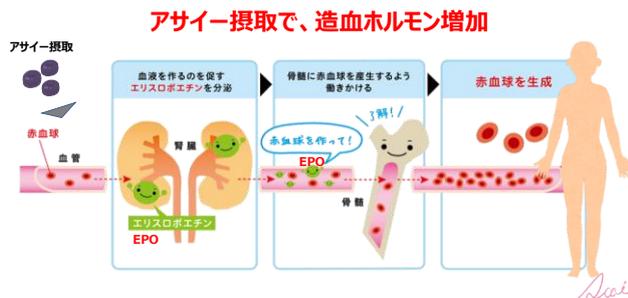
※出典：「女性労働者の労働実態及び男女平等・健康調査報告2020年」（全国労働組合総連合）



講演：フェムケアの実態と日常生活での解決法

石原 新菜 先生（医師・イシハラクリニック副院長）

造血の指令を出す方法



20～40代の女性1,000人に「女性特有の健康問題・フェムケア意識・実態調査」を実施したところ、フェムケアに対する関心は高いものの、月経による自身の不調や貧血に対する認識が正しくされておらず、約7割の女性が月経前後に「疲れ」「冷え」「顔色の悪さ」などの貧血が要因の可能性がある症状を感じていることが分かりました。一方、症状を感じているにも関わらず、約8割の女性が貧血の対策を行っていないことが明らかになりました。貧血は「めまい」や「立ちくらみ」といったイメージがありますが、赤血球が不足し、体内に酸素や栄養を運ぶ能力が低下している状態であることから、様々な不調の原因を引き起こします。さらに貧血を放置すると心臓などの身体に負担がかかります。日常生活で簡単に貧血を改善できる方法として、血液の材料になる鉄分を含む食材に加え、最近研究で明らかにされつつある、造血ホルモンを増やすアサイーを併せて摂ってみてはいかがでしょうか。血液を造るためには、鉄分を摂取するだけでなく血液を造る指令を出す必要があります。指令を出すホルモンが、腎臓で分泌されるエリスロポエチン/通称「エポ(EPO)」というものです。アサイーは、このEPOを増やすことがわかってきています。フェムケアの理解が広まるとともに、女性が自分たちをもっと理解して、そのままにせず対策して、元気に過ごすこと。これが一番大事だと思います。

講演：たべるフェムケア実践法

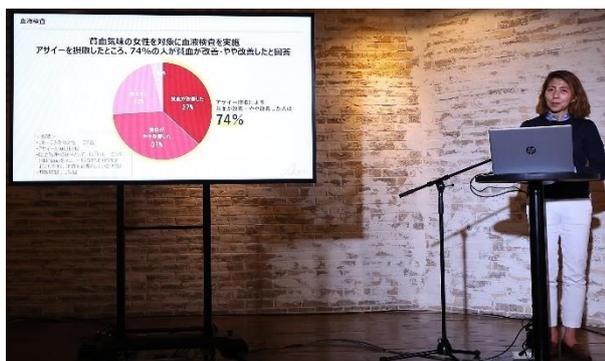
石川 三知 先生（管理栄養士・Office LAC-U 代表）

アサイーは小さな実にも豊富な栄養や抗酸化成分を蓄えており、古くから貴重な栄養源として活用されています。アサイーは甘みや酸味、香りがほとんどなくクセもないため、料理に使いやすくご家庭でも簡単に貧血対策に取り入れることができます。JINNAN CAFEで提供されるメニュー

■ 本件に関するお問合せ先 ■

株式会社フルッタフルッタ TEL : 03-6272-9081

もバリエーション豊かです。「フェムケア」の第一歩として気軽に楽しく召し上がっていただけたら嬉しいです。



■登壇者プロフィール



山田奈央子様 (一般社団法人日本フェムテック協会 代表理事)

大手下着メーカーで下着の企画・開発・MDを行った後、国内メーカー・インポートランジェリーの販売を経験。世界初の下着コンシェルジュとして、下着セミナーや雑誌・TV・WEBなどで下着のアドバイスを行う。株式会社シルキースタイル代表。



石原新菜先生 (医師・イシハラクリニック副院長)

2006年帝京大学医学部卒業。同大学病院で2年間の研修医を経て、現在は父・石原結實のクリニックで主に漢方医学、自然療法、食事療法により、種々の病気の治療にあたっている。クリニックでの診察の他、わかりやすい医学解説と、親しみやすい人柄で、講演、テレビ、ラジオ、執筆活動と幅広く活躍中。食事療法等の書籍多数。主な所属学会：日本内科学会、日本東洋医学会



石川三知先生 (管理栄養士・Office LAC-U代表)

山梨学院大学非常勤講師、八王子スポーツ整形外科栄養管理部門ディレクター。病態栄養相談に携わった後、東京工業大学勤務を経て、スポーツ栄養指導を開始。2010年~2014年 日本オリンピック委員会強化スタッフ(医科学)就任。フィギュアスケート高橋大輔選手、荒川静香選手のほか、現在は、競泳、陸上、水球、ラグビー、サッカーなど多くのトップアスリートの栄養指導、栄養講座の講師なども行う。

■株式会社フルッタフルッタについて <https://www.frutafruta.com/>

アサイーをはじめとするアマゾンフルーツ輸入加工販売ビジネスのパイオニア。「自然と共に生きる」を理念に、森をつくる農業「アグロフォレストリー」の発展にビジネスの力で貢献し、経済と環境が共存する持続可能な社会の実現を目指して2002年設立。ブラジルのトメアス総合農業協同組合(CAMTA)よりおもにアグロフォレストリーで栽培されたアマゾンフルーツ原料を輸入し、メーカーや外食チェーンへ販売を行うほか、「ナチュラル・新鮮・おいしい・本物」をモットーとする自社製品の製造と販売などを展開。

■本件に関するお問合せ先■

株式会社フルッタフルッタ TEL : 03-6272-9081