

**受験生に朗報！ココアは受験生の強い味方！
ココアに「計算能力向上効果」があることが明らかに**

中学2年生、3年生 男女 207名を対象に試験実施

第52回日本栄養・食糧学会近畿支部大会(2013年10月26日)で発表

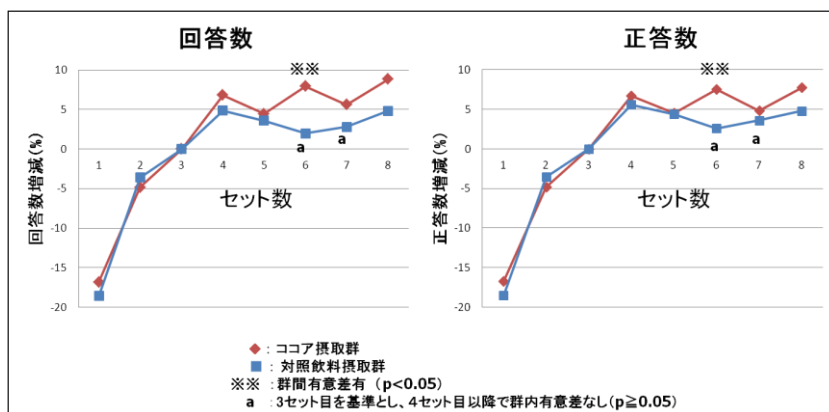
森永製菓株式会社(東京都港区芝、代表取締役社長・新井 徹)は、1998年より「ココア」の機能性についての研究を重ねており、様々な効果を確認しております。

ココアに含有されるカカオポリフェノールやテオブロミンに認知能力の向上が期待できるとの報告が数多くあります。今回、新たな研究への取り組みの一つとしてココアの計算能力向上効果に着目し、四天王寺大学の佐藤広康教授との共同研究により、中学2年生、3年生男女207名を対象にした加算計算能力向上試験を実施いたしました。

その結果、ココアまたは対照飲料(キャラメル風味飲料)を摂取してから45分後に、ココアの摂取群は対照飲料摂取群と比較して回答数および正答数ともに有意に増加したことが判りました。また、誤答率が低い被験者(被験者全体の約75%)による統計処理を行ったところ、ココア摂取群と対照飲料摂取群の差はより顕著になり、各試験飲料を摂取してから45分後と75分後に回答数および正答数に有意差が認められました。カカオポリフェノール、テオブロミンはともに摂取後1~2時間以内に血中濃度がピークに達すると報告されており、今回の結果である計算能力向上効果はこれらココア含有の有効成分の作用効果であると考えられます。

なお、知的作業である単純な計算課題でその遂行能力が向上することは、課題遂行に必要な注意力や持続的集中力、抗精神疲労に効果的であると考えられ、ココアを飲むことによって、学習の効率化や知的作業のパフォーマンス向上につながることを期待されます。今回の計算能力向上の効果に加えて、冷え性の改善やインフルエンザウイルスへの抵抗性も期待されることから、ココアは寒い季節に本番を迎える受験生をサポートする飲み物と言えます。

ココアの計算能力向上効果



また、この研究結果については10月26日に開催された第52回日本栄養・食糧学会近畿支部大会で発表されました。

「ココア計算能力向上試験」の概要

【実施時期】

2013年3月25、27日

【対象者】

中学2年生、3年生の男女（男性104名、女性103名 合計207名）。

無作為に2つのグループに分け、それぞれをココア群、キャラメル風味群として実験中に試験飲料を飲んでもらった。

ココア群:102名(男性52名、女性50名)/キャラメル風味群:105名(男性52名、女性53名)

【試験飲料】

試験飲料としてココアを、対照飲料としてカロリーを試験飲料と同レベルに設定した飲料(キャラメル風味の飲料)を用意した。

【試験課題】

以下のような加算計算課題(例題)

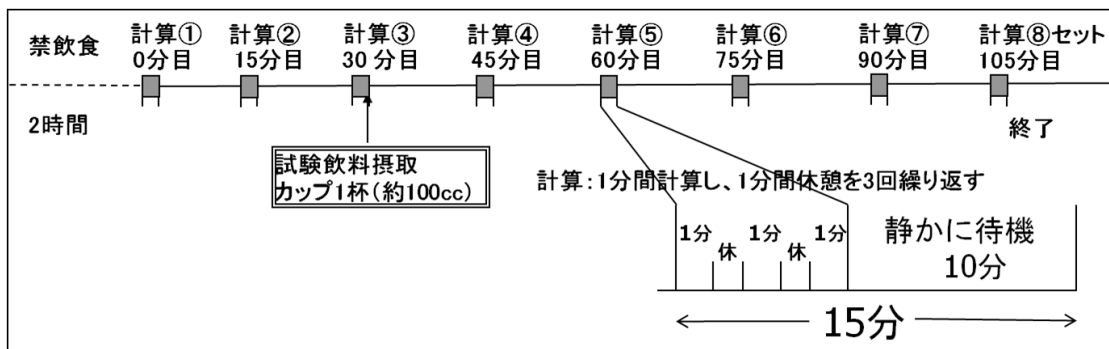
例)

2	7	6	4
9	3	5	
0			

<記入方法>

- ・四角いマスの上にある2つの数字を足した答えをマスの中に記入する。
- ・答えが10以上になるときは、下1ケタ(右側)だけを記入する。(例えば、7+6=13なので、四角いマスの中には3と書くこと)
- ・間違えた場合は、消しゴムで消さずに斜線を引いて正答を書く

【実験の手順】



【結果】

カロリー等を揃えた対照飲料と比較して、ココアを摂取することで計算能力(回答数および正答数)は有意に向上した。誤答率には有意差は見られなかった。

