

2025 年 6 月 2 日

各位

株式会社ミルテル

自宅でできる、腸内環境を細部まで見える化する検査「腸サポ」に新サービス登場！
～腸活専門家によるあなただけの食生活アドバイスで、パーソナルな腸活を更にサポート～

株式会社ミルテル(本社:広島県広島市、代表取締役社長:加藤 俊也 以下、ミルテル)は、LINE 公式サイトで腸内フローラ検査「[わたしの腸活サポートチェック](#)」(以下、「腸サポ」)を販売しご好評いただいておりますが、ご利用者様から「もっと日々の食事のアドバイスが欲しい」というご要望を多く頂戴し、このたび、パワーアップした新サービス「わたしの腸美人サポートチェック(専門家による食生活アドバイス付き)」を 2025 年 5 月 30 日にリリースいたしました。

「わたしの腸美人サポートチェック(専門家による食生活アドバイス付き)」では、今まで「腸サポ」で提供していた腸内フローラ検査の結果に加え、腸活専門家考案の“食生活アンケート”にご回答いただくことで、ご利用者様一人一人の食生活を腸活専門家が詳細に解析し、腸内フローラ検査の結果と照らし合わせた最適なアドバイスをご提供いたします。

これにより、今まで腸内フローラ検査の結果だけで具体的な改善行動には繋がらなかった方でも、腸活専門家からのパーソナルなアドバイスを確認することで、自身の腸内環境をさらに“見える化”し、自分だけの腸活を実践することが可能となります。

腸内を見える化する
腸サポ がさらにパワーアップして
新登場!
自分専用の結果が見える!

わたしの腸美人サポートチェック
専門家による食生活アドバイス付き
TRYING TO IMPROVE YOUR GUT HEALTH
MiRTEL

専門家による食生活アドバイス
解析結果報告書
作成日: 2025/5/26 検査ID: L00000000

「腸サポ」の検査結果とアンケートの回答から、あなたの食生活やライフスタイルが、腸内環境にどのような影響を与えているのか解析しました。
腸活専門家からのコメントを参考に、食生活を改善してあなたの腸内環境を改善しましょう。

アンケート項目	回答内容	スコア
性別	48	17
年齢	37	13
オリーブ	39	16
砂糖	57	20
野菜量	44	16
加工食品	63	22
乳酸菌	83	29
塩分	51	18
運動	60	21
睡眠	74	15
水分	15	20
その他	30	30

レーダーチャート

腸内フローラ検査結果

腸内フローラ検査結果を元に、腸内環境を改善するためのアドバイスを提供します。腸内環境を改善することで、腸活をサポートします。

生活習慣アンケートや腸内検査の結果を元にした
腸活専門家による
食材別パーソナル
アドバイス付き

NEW

自宅
で
できる

購入～結果
まで
LINE完結

業界最多級
の
解析度

医療機関
でも
採用

腸内がもっと
“見える”

※パッケージデザインは「腸サポ」から変更はございません。

わたしの腸美人サポートチェック(専門家による食生活アドバイス付き)

＜腸内フローラ検査(腸サポ)＞

本検査は、青森県の弘前大学が 2005 年より毎年実施している、弘前市（岩木地区）で約 1,000 名を対象とした岩木健康増進プロジェクト健診の“ビッグデータ”に基づき算出されており、日本人の同世代同年代の平均値と比べた腸内総合評価や有用菌の割合、自分の腸内フローラ型が分かる他、「免疫・感染防御」「こころの健康状態」「肥満・ダイエット」「美容」「お通じ」「長寿」の6項目の評価も分かるため、ご自身の腸内フローラを詳細に把握することができます。

[▶詳しくはこちら](#)

＜専門家による食生活アドバイス＞

「腸サポ」による腸内フローラ検査の結果をより適切に評価するための“食生活アンケート”を LINE 上でご回答いただきます。このアンケート結果と「腸サポ」のデータを元に、腸活専門家が食材別、運動、薬、排便などの項目ごとにあなただけの腸活アドバイスを行います。

更に、「腸サポ」の結果でわかるご自身の菌の特徴や状態のコメントの他に、最後には総括したワンポイントまとめのアドバイスも受け取れるので、自分だけでは分からなかった具体的な腸活のための食事や改善行動がわかります。

こんな方におすすめ

- ・便秘や肥満、肌トラブルなど腸内環境が原因のトラブルが気になる方
- ・データに基づいた食習慣改善を行いたい方
- ・腸内フローラ検査で自分に不足している腸内細菌は分かったがどう改善すれば良いか分からない方
- ・自分に合った、自分のためのアドバイスが欲しい方
- ・食生活に課題を感じているけれど、何を改善すべきか分からない方

専門家による 食生活アドバイス

解析結果報告書

作成日: 2025/5/26 検査ID: L00000000

「食育」の検査結果は、アンケートの回答から、あなたの食生活やライフスタイルが、国内環境にどのような影響を与えているかの解析になります。

国産消費財などのコメントを参考に、食生活を変えてあなたに合った服食を目指しましょう。

レADERチャート

評価コメント

ヨーグルト・納豆・味噌などの発酵食品を不足なく取り入れ、腸内環境の改善や免疫力の向上に効果的です。野菜の摂取量を増やし、特に緑黄色野菜を増やすことで、ビタミンCやβカロテンの摂取が期待できます。タンパク質の摂取量が不足しているため、肉類や魚類の摂取を増やすことが必要です。また、加工食品の摂取量が多いため、できるだけ自然食品を選ぶことが望ましいです。

穀物の摂取量が不足しているため、パンや米などの摂取を増やすことが必要です。また、雑穀品の摂取を増やすことで、食物繊維の摂取が期待できます。

食肉食品の摂取量が不足しているため、肉類の摂取を増やすことが必要です。また、魚類の摂取を増やすことで、タンパク質やビタミンDの摂取が期待できます。

タンパク質の摂取量が不足しているため、肉類や魚類の摂取を増やすことが必要です。また、大豆製品などの植物性タンパク質の摂取を増やすことも効果的です。

魚類の摂取量が不足しているため、魚類の摂取を増やすことが必要です。また、魚油サプリメントの摂取も効果的です。

雑穀品の摂取量が不足しているため、雑穀品の摂取を増やすことが必要です。また、雑穀パンなどの加工食品の摂取も効果的です。

「食育」検査結果 コメント

- 有用品 (ビフィズ菌)**
有用品のビフィズ菌含有量は検査結果から、30%は国内産のヨーグルト・乳酸菌飲料などから摂取されています。腸内環境の改善に効果的です。
- 有用品 (納豆)**
納豆の摂取量が少ないため、納豆の摂取を増やすことが必要です。また、納豆の摂取量を増やすことで、タンパク質やビタミンKの摂取が期待できます。
- 有用品の少なさ**
有用品の摂取量が不足しているため、有用品の摂取を増やすことが必要です。また、有用品の摂取量を増やすことで、タンパク質やビタミンの摂取が期待できます。
- 肉の多さ (多様性)**
肉類の摂取量が多いため、肉類の摂取を増やすことが必要です。また、肉類の摂取量を増やすことで、タンパク質や鉄分の摂取が期待できます。
- 食品の多さ (多様性)**
食品の摂取量が多いため、食品の摂取を増やすことが必要です。また、食品の摂取量を増やすことで、ビタミンやミネラルの摂取が期待できます。
- 食品の多さ (多様性)**
食品の摂取量が多いため、食品の摂取を増やすことが必要です。また、食品の摂取量を増やすことで、ビタミンやミネラルの摂取が期待できます。
- 食品の多さ (多様性)**
食品の摂取量が多いため、食品の摂取を増やすことが必要です。また、食品の摂取量を増やすことで、ビタミンやミネラルの摂取が期待できます。
- 食品の多さ (多様性)**
食品の摂取量が多いため、食品の摂取を増やすことが必要です。また、食品の摂取量を増やすことで、ビタミンやミネラルの摂取が期待できます。
- 食品の多さ (多様性)**
食品の摂取量が多いため、食品の摂取を増やすことが必要です。また、食品の摂取量を増やすことで、ビタミンやミネラルの摂取が期待できます。
- 食品の多さ (多様性)**
食品の摂取量が多いため、食品の摂取を増やすことが必要です。また、食品の摂取量を増やすことで、ビタミンやミネラルの摂取が期待できます。

「食育」検査結果 コメント

- 肥満・ダイエット**
BMI値の算出結果から、肥満傾向があります。食事の摂取量を減らし、運動量を増やすことが必要です。また、運動量を増やすことで、基礎代謝の向上が期待できます。
- 美容**
美容のための食生活改善が必要です。特に、ビタミンCやコラーゲンの摂取を増やすことが必要です。また、美容のための食生活改善が必要です。特に、ビタミンCやコラーゲンの摂取を増やすことが必要です。
- お通いの関連**
お通いの関連性が高いです。特に、食物繊維の摂取を増やすことが必要です。また、お通いの関連性が高いです。特に、食物繊維の摂取を増やすことが必要です。
- 長寿関連**
長寿関連の食生活改善が必要です。特に、タンパク質やビタミンの摂取を増やすことが必要です。また、長寿関連の食生活改善が必要です。特に、タンパク質やビタミンの摂取を増やすことが必要です。

アンケート回答結果

項目	100点満点	項目点	満点
穀物	50	20	35
食肉食品	65	19	35
タンパク	65	26	40
魚類	23	35	35
雑穀品	61	22	35
加工食品	20	24	35
雑穀品	60	24	35
雑穀品	27	35	35
運動	74	26	35
睡眠	35	7	20
排便	52	16	30

評価コメント

食事の摂取量が不足しているため、食事の摂取を増やすことが必要です。また、食事の摂取量を増やすことで、タンパク質やビタミンの摂取が期待できます。

食肉食品の摂取量が不足しているため、食肉食品の摂取を増やすことが必要です。また、食肉食品の摂取量を増やすことで、タンパク質や鉄分の摂取が期待できます。

タンパク質の摂取量が不足しているため、タンパク質の摂取を増やすことが必要です。また、タンパク質の摂取量を増やすことで、タンパク質や鉄分の摂取が期待できます。

魚類の摂取量が不足しているため、魚類の摂取を増やすことが必要です。また、魚類の摂取量を増やすことで、タンパク質やビタミンDの摂取が期待できます。

雑穀品の摂取量が不足しているため、雑穀品の摂取を増やすことが必要です。また、雑穀品の摂取量を増やすことで、食物繊維の摂取が期待できます。

加工食品の摂取量が不足しているため、加工食品の摂取を増やすことが必要です。また、加工食品の摂取量を増やすことで、タンパク質やビタミンの摂取が期待できます。

評価コメント

食生活の改善には、タンパク質やビタミンの摂取を増やすことが必要です。また、タンパク質やビタミンの摂取を増やすことで、タンパク質や鉄分の摂取が期待できます。

食肉食品の摂取量が不足しているため、食肉食品の摂取を増やすことが必要です。また、食肉食品の摂取量を増やすことで、タンパク質や鉄分の摂取が期待できます。

タンパク質の摂取量が不足しているため、タンパク質の摂取を増やすことが必要です。また、タンパク質の摂取量を増やすことで、タンパク質や鉄分の摂取が期待できます。

魚類の摂取量が不足しているため、魚類の摂取を増やすことが必要です。また、魚類の摂取量を増やすことで、タンパク質やビタミンDの摂取が期待できます。

雑穀品の摂取量が不足しているため、雑穀品の摂取を増やすことが必要です。また、雑穀品の摂取量を増やすことで、食物繊維の摂取が期待できます。

加工食品の摂取量が不足しているため、加工食品の摂取を増やすことが必要です。また、加工食品の摂取量を増やすことで、タンパク質やビタミンの摂取が期待できます。

「食育」検査結果 コメント

- 有用品 (ビフィズ菌)**
有用品のビフィズ菌含有量は検査結果から、30%は国内産のヨーグルト・乳酸菌飲料などから摂取されています。腸内環境の改善に効果的です。
- 有用品 (納豆)**
納豆の摂取量が少ないため、納豆の摂取を増やすことが必要です。また、納豆の摂取量を増やすことで、タンパク質やビタミンKの摂取が期待できます。
- 有用品の少なさ**
有用品の摂取量が不足しているため、有用品の摂取を増やすことが必要です。また、有用品の摂取量を増やすことで、タンパク質やビタミンの摂取が期待できます。
- 肉の多さ (多様性)**
肉類の摂取量が多いため、肉類の摂取を増やすことが必要です。また、肉類の摂取量を増やすことで、タンパク質や鉄分の摂取が期待できます。
- 食品の多さ (多様性)**
食品の摂取量が多いため、食品の摂取を増やすことが必要です。また、食品の摂取量を増やすことで、ビタミンやミネラルの摂取が期待できます。
- 食品の多さ (多様性)**
食品の摂取量が多いため、食品の摂取を増やすことが必要です。また、食品の摂取量を増やすことで、ビタミンやミネラルの摂取が期待できます。
- 食品の多さ (多様性)**
食品の摂取量が多いため、食品の摂取を増やすことが必要です。また、食品の摂取量を増やすことで、ビタミンやミネラルの摂取が期待できます。
- 食品の多さ (多様性)**
食品の摂取量が多いため、食品の摂取を増やすことが必要です。また、食品の摂取量を増やすことで、ビタミンやミネラルの摂取が期待できます。
- 食品の多さ (多様性)**
食品の摂取量が多いため、食品の摂取を増やすことが必要です。また、食品の摂取量を増やすことで、ビタミンやミネラルの摂取が期待できます。
- 食品の多さ (多様性)**
食品の摂取量が多いため、食品の摂取を増やすことが必要です。また、食品の摂取量を増やすことで、ビタミンやミネラルの摂取が期待できます。

「食育」検査結果 コメント

- 肥満・ダイエット**
BMI値の算出結果から、肥満傾向があります。食事の摂取量を減らし、運動量を増やすことが必要です。また、運動量を増やすことで、基礎代謝の向上が期待できます。
- 美容**
美容のための食生活改善が必要です。特に、ビタミンCやコラーゲンの摂取を増やすことが必要です。また、美容のための食生活改善が必要です。特に、ビタミンCやコラーゲンの摂取を増やすことが必要です。
- お通いの関連**
お通いの関連性が高いです。特に、食物繊維の摂取を増やすことが必要です。また、お通いの関連性が高いです。特に、食物繊維の摂取を増やすことが必要です。
- 長寿関連**
長寿関連の食生活改善が必要です。特に、タンパク質やビタミンの摂取を増やすことが必要です。また、長寿関連の食生活改善が必要です。特に、タンパク質やビタミンの摂取を増やすことが必要です。

全体点数 **58** 点 / 100点満点

項目合計 **219** 点 / 満点375点

※検査方法は、375点(満点)を100%とし算出しています。
※検査結果は、アンケートの回答から算出されています。

加工食品の摂取量が不足しているため、加工食品の摂取を増やすことが必要です。また、加工食品の摂取量を増やすことで、タンパク質やビタミンの摂取が期待できます。

食肉食品の摂取量が不足しているため、食肉食品の摂取を増やすことが必要です。また、食肉食品の摂取量を増やすことで、タンパク質や鉄分の摂取が期待できます。

タンパク質の摂取量が不足しているため、タンパク質の摂取を増やすことが必要です。また、タンパク質の摂取量を増やすことで、タンパク質や鉄分の摂取が期待できます。

魚類の摂取量が不足しているため、魚類の摂取を増やすことが必要です。また、魚類の摂取量を増やすことで、タンパク質やビタミンDの摂取が期待できます。

雑穀品の摂取量が不足しているため、雑穀品の摂取を増やすことが必要です。また、雑穀品の摂取量を増やすことで、食物繊維の摂取が期待できます。

加工食品の摂取量が不足しているため、加工食品の摂取を増やすことが必要です。また、加工食品の摂取量を増やすことで、タンパク質やビタミンの摂取が期待できます。

解析レポート監修

高畑 宗明 博士(農学) Muneaki Takahata Ph.D.

岡山大学大学院にて博士(農学)取得。腸内細菌や免疫、発酵食品を専門とし、研究者として世界 20 カ国以上を巡る。前職では腸内環境を整えるプロバイオティクス/発酵サプリメントの研究開発に従事し、米国や欧州等で高い評価を受ける。国内では前職で EC 事業を経営するとともに、腸内細菌や乳酸菌に関する講演・食育セミナー、メディアへの寄稿など、腸と健康の啓蒙活動を行う。

〈著書〉

「腸内酵素力で、ボケもがんも寄りつかない」(講談社+α新書)

「腸で酵素をつくる習慣」(朝日新聞出版)

「わかりやすい食品機能学」(三共出版)

雑誌 クロワッサン、オレンジページ、ハルメクなど監修実績多数。

株式会社ミルテルについて

株式会社ミルテルは、2012 年に広島大学発のスタートアップ企業として設立されました。見えない健康・病気を“見える化”するために、「リキッドバイオプシー」と「データサイエンス」を活用し、新たなソリューションを提供していきます。生活や社会の基盤として寄り添い、世界の人々の抱える健康や病気の不安や希望をサイエンスで見える化するサイエンスソリューションプロバイダとして、皆様を笑顔にすることを目指しています。

社名： 株式会社ミルテル
代表者： 代表取締役社長 加藤 俊也
所在地： 広島県広島市南区出汐一丁目 2 番 10 号
事業内容： 臨床検査受託事業



＜お問い合わせ先＞

株式会社ミルテル お問い合わせ窓口

メール: eigyo@mirtel.co.jp