

【即ご掲載可能】豊富な宣材画像をご用意しております / 【取材申込受付中】社長の取材可能！

～ “おうちごはん”食物繊維トレンド情報 ～

**便秘症状に悩む人 29.6% 3人に1人が便秘に。
巣ごもり便秘、「もち麦」で“#ちよい足し食物繊維”宣言！**

穀物のリーディングカンパニー株式会社はくばく（本社：山梨県中央市、代表取締役社長：長澤 重俊）は、コロナ禍における巣ごもり生活の長期化により便秘症状に悩みをかかえている人が増加していることを社会的問題として捉え、お客様の健康と豊かな食生活を実現するためにも「もち麦」で#ちよい足し食物繊維活動を8/5（水）より実施し、この社会的問題の解決を目指します。

8/5（水）に「もち麦」の料理紹介サイトをOPEN、8/7（金）よりレシピ動画サービス「クラシル」とタイアップ、同時にInstagram投稿キャンペーンを実施いたします。

はくばくで調査したデータによると、便秘症状がある人は「29.6%」と3人に1人が便秘に悩んでおり、「便秘である」人はコロナ流行前と比較して約350万人（人口換算）も増えていることが分かりました。

現代の日本人の多くは、食物繊維が慢性的に不足しています。食物繊維が多い食材というと、ごぼうや玄米などが思い浮かぶかと思いますが、「もち麦」は、ごぼうの2倍、玄米の4倍あります。しかし、「もち麦」はまだまだご自宅でのように取り入れたら良いのか分からない人が「55.8%」と半数以上もいることが分かっています。

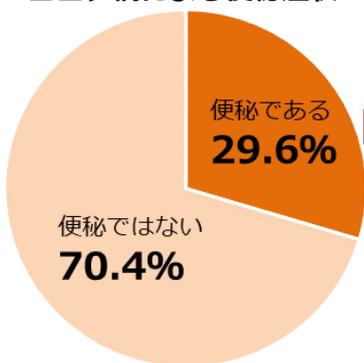
食物繊維豊富な「もち麦」は、家にこもりがちで健康が気になる今こそ、毎日手軽に取り入れやすくおすすめ食材です。これからも「もち麦」を通して穀物をより身近な食品と感じていただける活動を提案していくことで、お客様の健康と豊かな食生活を実現して参ります。



**「もち麦」で
#ちよい足し食物繊維**

◎ コロナ禍により3人に1人が便秘に。約350万人（人口換算）が便秘に悩む。

コロナ禍による便秘症状



「便秘である」人
コロナ流行前後の変化



はくばくで調査したデータによると、便秘症状がある人は「29.6%」と3人に1人が便秘に悩んでいることが分かりました。さらに、コロナ禍における巣ごもり生活の長期化により、「便秘である」人はコロナ流行前と比較して人口換算で約350万人（3%）も増えております。

【便秘である】
とても便秘である・便秘である・どちらかという便秘である計
【便秘ではない】
全く便秘ではない・便秘ではない・どちらかという便秘ではない計

新型コロナウイルス感染症流行前後の便秘症状変化 (SA)

※はくばく Web 調査より
調査期間：2020年07月01日(水)～2020年07月03日(金)
調査対象：全国20代以上の男女、500名

本件に関する問い合わせ先

株式会社はくばく 広報担当：秋山 真実
会社：03-5623-3990 携帯：080-2293-4174
E-mail：pr@hakubaku.co.jp

◎ 「もち麦」でスッキリ。日本人は食物繊維が不足している。

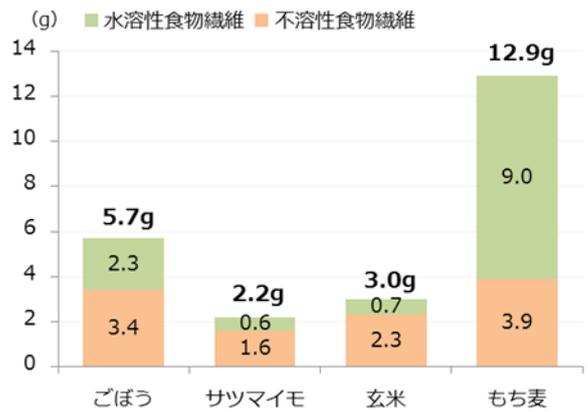
お通じを良くするなどの整腸効果に加え、血糖値の上昇を抑えたり、コレステロール値を下げたりと、さまざまな健康効果が期待されている食物繊維。しかし、現代の日本人の多くは、「食物繊維」が慢性的に不足しているのです。1日に摂取したい食物繊維の目標量は、男性（18～69歳）で20g以上、女性（同）で18g以上です（*1）。一方、食物繊維の1日の平均摂取量を見てみると、男性（20歳以上）15.2g、女性（同）14.8gとなっています（*2）。つまり、3～5gほどの食物繊維が不足していることになるのです。

食物繊維が多い食材というと、ごぼうや玄米ですが、実際には100gあたりの食物繊維量で比較すると、「もち麦」が圧倒的に多く、ごぼうの2倍、玄米の4倍です。

*1 「日本人の食事摂取基準（2015年版）」（厚生労働省）より

*2 「平成29年国民健康・栄養調査」（厚生労働省）より

※『おいしい大麦研究所』<https://www.hakubaku.co.jp/omugi-lab/>、食べるカラダメンテナンス「不足しがちな食物繊維を手軽に摂れる食材とは？」より



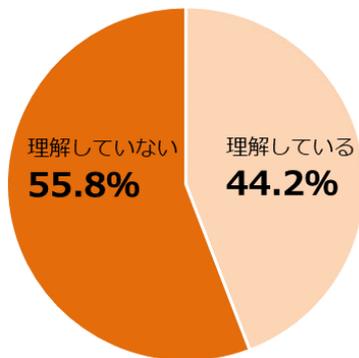
100gあたりの食物繊維量

※「もち麦」はくばく調べ

「その他」日本食品標準成分表 2015年版（七訂）より

◎ 「もち麦」の使い方を理解していない人は“半数”以上も！

「もち麦」自宅での食事利用方法の理解



近年メディアでも健康食材として多く紹介されるようになった「もち麦」ですが、認知率が高まっている一方で、まだまだご自宅でどのように取り入れたら良いのか分からない人が「55.8%」と半数以上もいることが分かっています。

【理解している】
とても理解している・理解している・どちらかという理解している計
【理解していない】
全く理解していない・理解していない・どちらかという理解していない計

「もち麦」自宅での食事利用方法の理解（SA）

※はくばく Web 調査より

調査期間：2020年07月01日(水)～2020年07月03日(金)

調査対象：全国20代以上の男女、500名

◎ 「#ちよい足し食物繊維」で日々の生活に取り入れていただく活動へ。

■ おいしい・かんたん・豊富な食物繊維「もち麦」の料理紹介サイトが8/5（水）にOPEN！

■ 8/7（金）よりレシピ動画サービス「クラシル」とタイアップ、Instagram 投稿キャンペーンも実施！

はくばく「もち麦」料理サイトイメージ



日常への取り入れ方が分からない方に向けて「もち麦」を簡単にとれる料理に特化したレシピサイトを8/5（水）にOPENいたします。

▽レシピサイト URL

<https://www.hakubaku.co.jp/brand/mochimugi/campaign/choitashi>

さらに、8/7（金）から9/24（木）まで、レシピ動画サービス「クラシル」とタイアップし、Instagram 投稿キャンペーンも実施いたします。

<内容>

期間内に「#ちよい足し食物繊維」を付けてもち麦料理を投稿

<賞品>

はくばく賞：10名様へ「unjour 食器セット」をプレゼント

最優秀賞：クラシル Instagram アカウントストーリーに掲載

本件に関する問い合わせ先

株式会社はくばく 広報担当：秋山 真実
会社：03-5623-3990 携帯：080-2293-4174
E-mail：pr@hakubaku.co.jp

はくばく社員も改めて「もち麦」の食べ方に向き合う。



社員考案：
もち麦リゾット

どうすれば日々の食卓に簡単に「もち麦」を取り入れていただけるのか…、はくばく社員も改めて「もち麦」の食べ方を見直し・考えるため、「もち麦料理をつくってみた！」というタイトルで社内レシピ募集を実施中。

(7/1 (水)～8/31 (月)まで)

◎ 「はくばくの“もち麦”」商品について

「はくばくの“もち麦”」は、多様なライフスタイル・食シーンにあわせた、商品を多数展開しています。毎日の食卓から食物繊維豊富な“もち麦”で、おいしく健康習慣はじめてみませんか？

お米に混ぜて炊く
「定番商品」



はじめて食べるもち麦 もち麦 スタンドパック もち麦 800g

もち麦ごはんを「温めるだけ」
調理済みのもち麦「かけるだけ」



もち麦ごはん 無菌パック かけるだけもち麦

もち麦を焙煎した
「フレーク」



あまくないもち麦フレーク ザクザクおいしい ローストもち麦

※2020年3月1日発売

もち麦を粉にして
「めん」「お好み焼粉」



もち麦うどん もち麦 そうめん もち麦 お好み焼粉

もち麦を粉にして
「粉末ドリンク」



もち麦で食物繊維習慣 きなご味/カカオ味/抹茶味

※2020年3月1日発売

もち麦粉を野菜と混ぜた
「飲料」



のむもち麦と野菜 豆乳入り

※2020年4月28日発売

■ はくばくについて



社名 : 株式会社はくばく
所在地 : 〒409-3843
山梨県中央市西花輪 4629
代表 : 代表取締役社長 長澤 重俊
設立 : 昭和16年4月15日
資本金 : 98,000,000円
事業内容 : 食品製造および販売
URL : <https://www.hakubaku.co.jp/>

はくばく The Kokumotsu Company として

当社の社名「はくばく」は白い大麦という意味です。創業社長である祖父が「もっと麦ご飯を喜んで食べてもらいたい。」という思いから、大麦を一粒一粒半分に分けて黒い筋を目立たなくした製品を開発しました。

以来、我々ははくばくは穀物とともに歩み、精麦の他、雑穀、和麺、麦茶、穀粉、米を事業として手がけるようになりました。

人類を太古から支えてきた大切な「穀物」を、現代の食卓へもっと多く登場させ、もっと楽しんで食べてもらうこと。それは家族の笑顔が増えること。またそれは家族が健康になることだと考えています。これを実現するために、我々ははくばくは「穀物の感動的価値を創造する」ことを社員一丸となって本気で目指して参ります。

株式会社はくばく
代表取締役社長 長澤 重俊

本件に関する問い合わせ先

株式会社はくばく 広報担当 : 秋山 真実 会社 : 03-5623-3990 携帯 : 080-2293-4174
E-mail : pr@hakubaku.co.jp