

2025 年 10 月 1 日

毎日のくらしの中で、いつもの食事に発酵性食物繊維をプラス 3g

「発酵性食物繊維普及プロジェクト」に参画

～不足しがちな栄養素の摂取促進を通じて、健康と豊かな暮らしに貢献～

コープデリ生活協同組合連合会(本部:埼玉県さいたま市、代表理事理事長:熊崎伸、会員生協:関東信越の6生協)はこのたび一般社団法人 発酵性食物繊維普及プロジェクトに参画いたしました。

日本人の食物繊維摂取量は、厚生労働省が示す「日本人の食事摂取基準」において目標値を下回り続けており、生活習慣病予防や健康寿命延伸の観点から重要な課題となっています。発酵性食物繊維は、腸内で善玉菌のエサとなり、腸内環境を整えることで体調維持をサポートする機能が注目されており、コープデリはその普及活動を積極的に推進してまいります。

コープデリはすでに、厚生労働省が推進する国民運動「スマート・ライフ・プロジェクト」に参画し、組合員とともに健康寿命の延伸や生活習慣病予防に取り組んでまいりました。また健康志向の高まりを受け、宅配事業では、健康的な食生活を応援する売り場づくりとして、コープデリ宅配の商品カタログに専用ページを設け、減塩や糖質に配慮した商品、6大栄養素を手軽に摂取できる商品など、健康に配慮した品揃えを強化しています。オリジナルのコープデリモールキットでは、食物繊維の摂取目標に貢献する商品開発も進めており、その一環として、1食で1日に必要な食物繊維の3分の1が摂れる商品も展開しています。店舗事業では、女子栄養大学と「産学連携包括協力に関する協定」のもと、おいしさや栄養バランスを追求した弁当「からだ健やかシリーズ」や、一般社団法人健康な食事・食環境コンソーシアムが「健康な食事・食環境」認証制度として提唱する「スマートミール」基準の弁当を発売しています。

こうした取り組みを背景に、今回新たに本プロジェクトへ参画することで、組合員や地域社会に対し、日常生活に取り入れやすい形での食物繊維摂取量向上をさらに推進してまいります。コープデリは今後も、食と健康に関する社会課題の解決に取り組み、人々の健康で豊かな暮らしに貢献してまいります。

発酵性食物繊維について

発酵性食物繊維とは、大腸で発酵する食物繊維です。腸内細菌により発酵される発酵性食物繊維は、腸内の善玉菌のエサとなり肌や体に良い影響を与える成分を生成するため、腸内環境を整えるだけでなく美容をサポートする働きが期待されています。

一般社団法人 発酵性食物繊維普及プロジェクトについて

発酵性食物繊維の大切さを広め、健康的な食生活を支援することを目的に設立され、＜腸からはじまるウェルビーイングな日常＞を目指して、さまざまな情報を発信している。 <https://hakkousei-fiber.org/>

食物繊維は、
発酵性。  発酵性食物繊維
+ 3グラム生活
発酵性食物繊維普及プロジェクト

コープデリ生活協同組合連合会 概要

【住 所】 埼玉県さいたま市南区根岸 1-4-13
【代表理事理事長】 熊崎 伸(くまざき しん)
【会 員 生 協】 コープみらい、いばらきコープ、とちぎコープ、コープぐんま、
コープながの、コープデリにいがた
【総 事 業 高】 6,179 億円(会員生協事業高計) ※2024 年度
【組 合 員 数】 550 万人(会員生協組合員計) ※2025 年 9 月 20 日現在
【ホ ー ム ペ ー ジ】 <https://www.coopnet.jp/>



国際協同組合年

協同組合はよりよい世界を築きます