

二分脊椎症のリスク低減に向け、妊娠前からの葉酸摂取を呼びかけ 日本家政学会のランチョンセミナーで「葉酸たまご」の活用を提案

株式会社ファーマフーズ（本社：京都市、代表取締役：金武祚）は、2026 年 5 月 23 日（土）に開催された一般社団法人日本家政学会第 78 回大会において、葉酸摂取の重要性をテーマとしたランチョンセミナー「葉酸たまごでおいしく未来をはぐくむー葉酸たまご甲子園 2026ー」を開催しました。

本ランチョンセミナーでは、日本で依然として課題となっている葉酸摂取の現状と、二分脊椎症を含む神経管閉鎖障害のリスク低減に向けた取り組みについて紹介しました。また、日常的に葉酸を摂取できる食品として「葉酸たまご」の活用について提案しました。



ファーマフーズ開発部・白子紗希が葉酸摂取の重要性を紹介

■「葉酸たまごでおいしく未来をはぐくむー葉酸たまご甲子園 2026ー」実施概要

葉酸の生理機能や妊娠期における重要性、日本における摂取状況の課題について解説しました。さらに、日常的に摂取しやすい食品である“たまご”に着目し、飼料設計により葉酸含有量を高めた「葉酸たまご」の開発背景や技術的工夫について説明しました。加えて、調理時でも葉酸が失われにくい特徴や、体内で利用されやすい性質について紹介するとともに、葉酸摂取の普及を目的とした取り組みとして「葉酸たまご甲子園」の活動を紹介し、食を通じた健康課題解決の可能性を提案しました。



海外各国にも広がる「葉酸たまご」

・日本では依然として課題が続く二分脊椎症

妊娠初期の葉酸不足は、二分脊椎症など神経管閉鎖障害の発症リスク上昇との関連が報告されています。一方で、

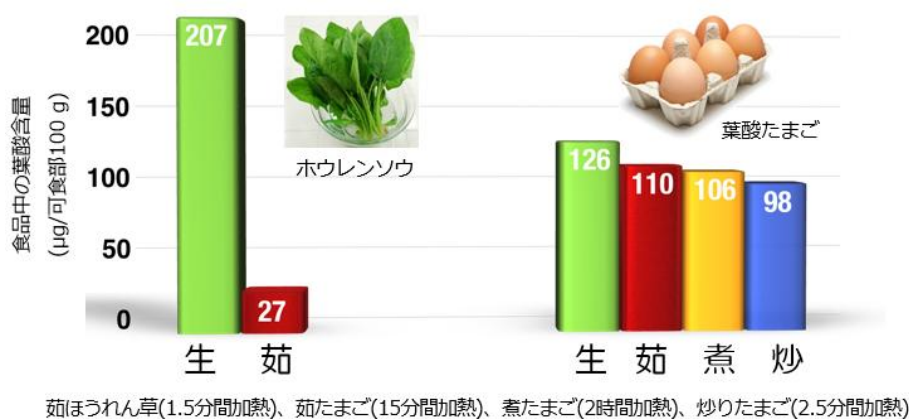
適切な時期に十分な量の葉酸を摂取することで発症リスクの低減につながることも明らかになっています。そのため、欧米を中心に海外では穀類への葉酸添加政策などが進められ、その結果、二分脊椎症の発症率が約 50%減少したとの研究成果があります。しかし、日本では葉酸に対する十分な認知や摂取習慣の定着が依然として課題であり、現在でも日本における二分脊椎症の発症率は 1 万出生あたり 5～6 人と報告されています。この数値は 10 年以上前から改善されておらず、引き続き社会的課題となっています。

・認知が浸透する一方、実際の行動変容には課題も

近年では、葉酸サプリメントの重要性に関する認知は徐々に広がっており、妊婦の約 60～70%が葉酸の必要性を認識しているとも報告されています。一方で、実際に妊娠前や妊娠を計画している段階から葉酸サプリメントを摂取している人は、15～20%程度にとどまっているのが現状です。現在では、ドラッグストアなどでも多くの葉酸サプリメントが販売されており、葉酸を取り入れやすい環境は整いつつありますが、実際の摂取行動には十分につながっていないことも課題となっています。

・「葉酸たまご」により毎日の食事で無理なく葉酸摂取を

本セミナーでは、日常的に摂取しやすい食品である「たまご」に着目した「葉酸たまご」を紹介しました。「葉酸たまご」は、通常の卵と比較して約 3 倍の葉酸を含み、毎日の食事の中で効率よく葉酸を摂取できる食品です。例えば、葉酸を多く含むほうれん草や納豆などの食材に加え、「葉酸たまご」を取り入れることで、妊娠期に必要なとされる葉酸摂取量（480 μg）に近づけることができます。また、卵は加熱調理時でも葉酸が失われにくい特長を持ち、卵焼きやオムレツ、スープ、スイーツなど幅広い食シーンで活用できることから、「葉酸たまご」は継続的な葉酸摂取につながる食品として期待されています。



「葉酸たまご」は様々な加熱調理を経ても葉酸が失われにくい

・学生とプロの料理人が葉酸摂取メニューを提案する「葉酸たまご甲子園」

ファーマーズでは、葉酸摂取の普及啓発や食による予防支援を目的に、「葉酸たまご甲子園」を 2009 年から開催しています。本コンテストでは、栄養学を学ぶ大学生およびプロ料理人が、「葉酸たまご」を活用したオリジナルレシピを提案し、1 日に必要とされる葉酸摂取量への貢献性に加え、アイデア性、調理のしやすさや手軽さ、さらには味なども含めた総合評価を競います。

※今年第 13 回大会を 6 月 13 日に開催予定です。取材をご希望のメディア関係者の皆様は、広報までお問い合わせください。

■今後も、科学的知見に基づく研究開発で、健康課題解決と社会的価値創出へ

当社は今後も、科学的知見に基づく機能性食品素材の研究開発を推進するとともに、葉酸をはじめとする栄養素の重要性に関する啓発活動や、食品を通じた健康課題解決に取り組んでまいります。また、「葉酸たまご甲子園」をはじめとした取り組みを通じて、若い世代や食に関わる専門人材との接点を広げながら、食による予防意識の向上と社会的価値の創出を目指してまいります。

■「日本家政学会第78回大会 ランチョンセミナー」実施概要

演題：「葉酸たまごでおいしく未来をはぐむー葉酸たまご甲子園 2026ー」

日時：2026年5月23日（土）11:45～12:45

場所：京都女子大学D会場/（E校舎 004）

■本リリースに関する用語解説

・葉酸

葉酸はビタミンB群の一種で、細胞分裂やDNA合成に関与する重要な栄養素です。特に妊娠初期の胎児発育に重要とされており、十分な摂取が推奨されています。

・二分脊椎症

二分脊椎症は、赤ちゃんの背骨や神経の形成に関わる先天性疾患の一つです。国内外では、妊娠前から十分な葉酸を摂取することが、発症リスク低減につながる可能性が報告されています。

【本資料に関するお問い合わせ先】

経営戦略部（広報担当者 津持・島田）

代表番号 TEL：075-394-8600

お問い合わせ <https://www.pharmafoods.co.jp/contact/ir>

※本資料内の葉酸・二分脊椎症に関する内容は、厚生労働省資料および国内外の研究報告を参考に作成していません。