

【開催レポート】

様々な健康への作用解明が進む「紅茶ポリフェノール」に関する最新知見を紹介

新たに紅茶ポリフェノールによる健康作用について情報発信する「紅茶ポリフェノールラボ」を発足！

一般社団法人ウェルネス総合研究所は、紅茶の機能性成分に関する情報を啓発・発信する「紅茶ポリフェノールラボ」を発足し、2025年10月30日に「紅茶ポリフェノールの働き」に関する最新知見を紹介するメディア向けセミナーを開催しました。

本セミナーでは、ポリフェノールや紅茶研究の第一線で活躍する有識者2名に登壇いただき、腸内環境との関係性や紅茶特有のポリフェノールが持つ生理機能について講演いただきました。

講演① 「いま改めて注目される“ポリフェノール”の可能性」

川畑 球一 先生（農学博士、甲南女子大学 医療栄養学部 医療栄養学科 准教授）

ポリフェノールは抗酸化作用をはじめ、抗炎症作用や抗アレルギー作用など、多様な機能が期待される天然由来の成分群です。一方で近年の研究により、食事から摂取されたポリフェノールのうち小腸から吸収されるのは全体の約10%にとどまり、残りの多くは大腸に到達して腸内細菌叢（腸内フローラ）と相互に作用している可能性が示唆されています。

腸内細菌はポリフェノールの構造変化や低分子化に関与し、生理活性の発現に影響を与えることが考えられており、ポリフェノールの機能性は単体の作用だけでなく、腸内環境との関係性によって発揮される点が注目されています。

紅茶に含まれるポリフェノールは難吸収性の成分が多く、腸内フローラとの関係性が期待されています。動物実験などでは、抗酸化作用に加え、脂質代謝や血糖調節、便秘改善などへの影響も報告されており、短鎖脂肪酸を産生する腸内細菌の増加との関連が示唆されています。



講演② 「知られざる紅茶ポリフェノールの働き」

中山 勉 先生（農学博士、静岡県立大学 食品栄養科学部 客員教授）

紅茶に含まれるポリフェノールには、テアフラビンやテアルビジンなど、発酵過程においてカテキンが重合して生成された紅茶特有の成分が含まれています。これらは腸管上皮やウイルス表面などへの作用を通じて、生理機能に関与する可能性が報告されています。

これまでの研究では、脂質吸収の抑制や血流への影響、コレステロール濃度の低減などに関する知見が蓄積されています。また、海外における疫学研究では、紅茶を1日2杯以上摂取する習慣が、血管疾患や虚血性心疾患、脳卒中の死亡率低下と関連する可能性も報告されています。

紅茶ポリフェノールは、従来知られてきたカテキンとは異なる特性を持つ成分として注目されており、今後はヒトを対象とした疫学研究や臨床研究の進展が期待されています。



セミナー内容の全文は[こちら](#)

登壇者プロフィール（登壇順）

川畑 球一 先生
農学博士、甲南女子大学 医療栄養学部 医療栄養学科 准教授



2000年、近畿大学生物理工学部生物工学科卒業。福井県立大学講師、神戸学院大学講師などを経て、2018年から現職。専門分野は食品機能学。腸内フローラとポリフェノールの機能的相互作用に関する研究に従事している。日本フードファクター学会 理事。

中山 勉 先生
農学博士、静岡県立大学 食品栄養科学部 客員教授



東京大学農学部農芸化学科卒業。同大学院農学系研究科修士課程修了。長年にわたり、茶など植物性食品の成分（ポリフェノール）を研究。静岡県立大学、日本獣医生命科学大学、東京農業大学教授を歴任。日本フードファクター学会 名誉会員。