

# 遺伝子検査

でわかる  
あなたにあった

## 生活習慣病予防プログラム

遺伝子情報は一人ひとり異なります。  
生活習慣病に関連する16項目の「遺伝子リスク」をチェックし  
保有遺伝子(SNP)による栄養素とライフスタイルを提案します。

39,000円 (税込)

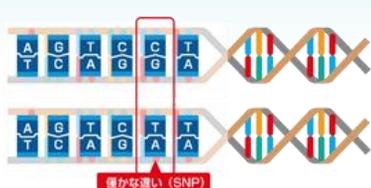
### このような方におすすめです！

- 生活習慣病（糖尿病、脂質異常症、高血圧、肥満）を予防・改善したい
- 自分に合ったライフスタイルを知りたい
- 健康のために何か始めたい
- ダイエットを試みたが、うまく減量できなかった・・・など

一生に  
一度の検査！



### 16項目の体質分野・約357種類の体質遺伝子を分析



人間の設計図（遺伝子の配列）は  
99.9%が同じですが、残りの0.1%が  
個人の違いを生んでいます。  
この違いを『SNP』と言い  
本検査ではこの違いを調べます。



### 検査方法



採血を受けます

採血のみの簡単な検査です。  
食事制限などはありません。  
※自費検査となります。

→専門機関（株）サインポスト）で解析  
検査結果は約4週間前後でお知らせします。

### その他の検査コース

2コース目から各13,000円

- がん遺伝子検査  
男性12項目  
女性14項目
- 心筋梗塞・脳梗塞リスク判定  
1. 心筋梗塞  
2. 脳梗塞  
3. 動脈硬化（頸動脈肥厚）  
4. 腎機能障害
- ウイルス感染症リスク判定 7,000円（単独不可）

# ご自身の保有遺伝子 (SNP) に基づくオリジナルの報告書 (全40ページ)

**肥満 レベル5 (強い)**

日本 一部 種別の肥満に関する遺伝的リスクは **合計 9** 個です。  
遺伝的リスクは高すぎず低すぎずです。

16項目ごとに、保有遺伝子の測定結果を記載。結果から推奨される栄養素やライフスタイル、具体的なアドバイスを記載しています。

遺伝子	測定結果	遺伝子の主な働き	遺伝子レベル
β2AR	脂肪を分解できる遺伝子 (β2AR) が強く、脂肪分解の働きが活発な体質です。	脂肪を分解できる遺伝子 (β2AR) が強く、脂肪分解の働きが活発な体質です。	強い
UCP1	脂肪を分解できる遺伝子 (UCP1) が強く、脂肪分解の働きが活発な体質です。	脂肪を分解できる遺伝子 (UCP1) が強く、脂肪分解の働きが活発な体質です。	強い
β2AR	脂肪を分解できる遺伝子 (β2AR) が強く、脂肪分解の働きが活発な体質です。	脂肪を分解できる遺伝子 (β2AR) が強く、脂肪分解の働きが活発な体質です。	強い
UCP2	脂肪を分解できる遺伝子 (UCP2) が強く、脂肪分解の働きが活発な体質です。	脂肪を分解できる遺伝子 (UCP2) が強く、脂肪分解の働きが活発な体質です。	強い
FTO	脂肪を分解できる遺伝子 (FTO) が強く、脂肪分解の働きが活発な体質です。	脂肪を分解できる遺伝子 (FTO) が強く、脂肪分解の働きが活発な体質です。	強い
MTNR1B	脂肪を分解できる遺伝子 (MTNR1B) が強く、脂肪分解の働きが活発な体質です。	脂肪を分解できる遺伝子 (MTNR1B) が強く、脂肪分解の働きが活発な体質です。	強い
LEP	脂肪を分解できる遺伝子 (LEP) が強く、脂肪分解の働きが活発な体質です。	脂肪を分解できる遺伝子 (LEP) が強く、脂肪分解の働きが活発な体質です。	強い

現在、太りすぎ (BMI 27.6) です。内臓脂肪、皮下脂肪ともに増加傾向。割合的にみると1日あたり 250 kcalほどの基礎代謝が少なすぎます。  
2500 kcal、1ヶ月間で約4 kgの体重増加に相当します。  
あなたの目標体重 (BMI 20) を維持するための必要エネルギーは、一日あたり 1757 kcalです。  
※現在、適切な消費カロリーが不足し、脂肪不足や食べ過ぎも現在の体質に影響していると考えられます。

遺伝子からおすすめする生活習慣

成分: **シカタン**、**カフェイン**、**コエンザイムQ10**、**ビタミンB1**

成分: **低GI食品**、**アミノ酸**

ライフスタイル: **ダイエット**、**睡眠不足**、**運動不足**

**肥満に関するアドバイス**

**脂肪の分解と燃焼について理解しましょう**  
脂肪の分解と燃焼は異なる働きです。  
脂肪の分解とは、エネルギー源として利用される一連のエネルギーとなる。燃焼とは、エネルギー源として利用される。

あなたは「β2AR」遺伝子、「β2AR」遺伝子を保有していますので、脂肪分解の働きが活発な体質です。  
そして「UCP1」遺伝子を保有しているため、脂肪燃焼も活発な体質です。  
脂肪が燃焼されるには、エネルギーが必要となります。アドレナリンを分泌させるには、「アドレナリン」の分泌、もしくは運動などで身体を動かす必要があります。  
アドレナリンを分泌させるには、「アドレナリン」の分泌、もしくは運動などで身体を動かす必要があります。  
【カルニチン】、「ビタミンB1」、「コエンザイムQ10」は、脂肪燃焼に不可欠な栄養成分です。

1 燃焼 2 燃焼

アドレナリン分泌 脂肪燃焼

あなたは活発な体質

あなたは活発な体質

お楽しみに脂肪がつきやすい体質です  
「β2AR」遺伝子、「UCP1」遺伝子を保有していますので、内臓脂肪がつきやすく、お楽しみに脂肪がつきやすい体質です。  
内臓脂肪を燃焼エネルギーとして利用する「燃焼系食品」なども効果的です。

低GI食品と脂肪制限が有効な体質です  
あなたは「FTO」遺伝子を保有していますので、食欲ホルモン分泌が多い体質であり、高カロリー食の傾向があります。  
人は血糖値が上昇しているときに空腹感を、血糖値が低下しているときに空腹感を感じます。  
高GI食品は、血糖値を急上昇させた後に、急降下させるため、空腹感を感じやすく、逆に「低GI食品」は、

報告書見本の詳細はこちらからご覧いただけます。



**日本 花子様の【推奨されるライフスタイル一覧】**

<b>ダイエット</b> 太り過ぎですので、生活習慣病のリスクが高まっています。適切なエネルギー摂取と消費を心がけてください。	<b>有酸素運動</b> 内臓脂肪を燃焼し、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>筋トレ</b> 基礎代謝を高め、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>水分補給</b> 脱水を防ぎ、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。
<b>日光浴</b> 適切な日光浴は、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>近視体操</b> 目の筋肉を鍛え、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>首・肩のマッサージ</b> 首・肩の筋肉をほぐし、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	

**日本 花子様の【注意すべきライフスタイル一覧】**

<b>糖質</b> 太り過ぎですので、生活習慣病のリスクが高まっています。	<b>炎天下での運動</b> 炎天下での運動は、脱水を防ぎ、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>脂肪制限</b> 脂肪制限は、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>カフェイン</b> 脂肪燃焼の働きが活発な体質です。
<b>動物性脂肪</b> 動物性脂肪は、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>アルコール</b> アルコールは、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>体重増加</b> 体重増加は、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>睡眠不足</b> 睡眠不足は、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。
<b>塩分</b> 塩分は、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>筋力低下</b> 筋力低下は、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>食事量を減らす</b> 食事量を減らすことは、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>リン酸塩</b> リン酸塩は、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。

**日本 花子様の【推奨される栄養素一覧】**

<b>カチキン</b> 脂肪を燃焼し、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>カプサイシン</b> 脂肪を燃焼し、脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>カリウム</b> 体内水分の調節を助ける働きがあります。	<b>カルシウム</b> 骨を丈夫にするのに必要な栄養素です。	<b>グルコサミン / コンドロイチン</b> 関節の軟骨を丈夫にするのに必要な栄養素です。	<b>グルタチオン</b> 活性酸素のダメージから身体を守る働きがあります。	<b>グルセチン</b> 脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>コエンザイムQ10</b> 脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>ショウガエキス</b> 脂肪燃焼の働きが活発な体質です。
--	--	------------------------------------	------------------------------------	---	---	----------------------------------	--------------------------------------	------------------------------------

**日本 花子様の【推奨される栄養素一覧】**

<b>アミノ酸</b> 脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>アリシン</b> 脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>アルギニン</b> 脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>αリポ酸</b> 脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>アントシアニン</b> 脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>エラグ酸</b> 脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>シカルニチン</b> 脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>レスチン</b> 脂肪燃焼の働きが活発な体質です。	<b>オスモタン</b> 脂肪燃焼の働きが活発な体質です。
---------------------------------	---------------------------------	----------------------------------	---------------------------------	------------------------------------	---------------------------------	-----------------------------------	---------------------------------	----------------------------------

報告書の最後にも、推奨される栄養素や推奨・注意すべきライフスタイルがわかりやすく、総括して記載しています。

## 大阪大学医学部発！国内最大規模の症例数

《当検査は、予約制となります》

サインポスト遺伝子検査は、大阪大学医学部とOMRFIT STUDY (Study of Order-Made multiple Risk Factor Intervention Trial)の研究成果に基づいて開発されました。国内で総計10,000症例以上を有しており、アジア人を対象したデータベースでは世界有数の規模を誇ります。

### ご予約に関するお問い合わせ

### 検査内容に関するお問い合わせ

一般財団法人  
公衆保健協会

052-414-4070

株式会社  
サインポスト

0120-534-310