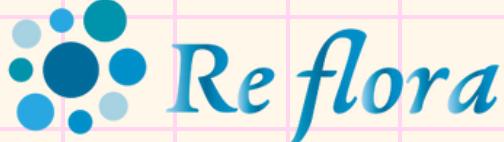


# 腸内細菌検査

## ガイドブック



Mail:[hpb.369.1006@gmail.com](mailto:hpb.369.1006@gmail.com) 担当：曾田



# ～腸内菌検査概要～

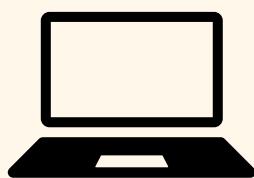


腸内菌検査は採便をおこない  
お客様の腸内を調査するものになります

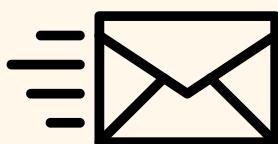
便は直接リフローラ社へ発送され  
リフローラ社より、結果報告されるシステムです  
ご不明な点は、担当者までお問い合わせください

# ～検査発送のながれ～

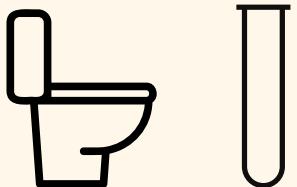
① 検査申込



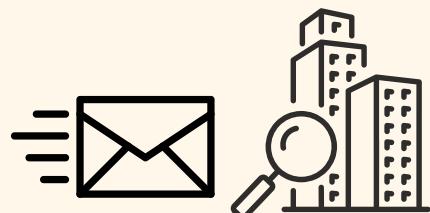
② 検査キット  
発送



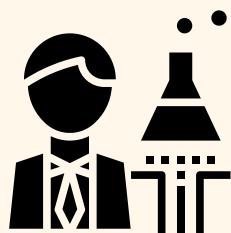
③ 検便



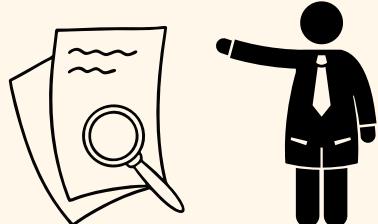
④ 返送



⑤ 検査実施



⑥ アドバイス



①ネットから購入し、申請します

②リフローラ社よりご自宅へ検査キットを発送します

③ご自宅で検便

④ご自身で返送していただきます

⑤九州の研究所にて精密検査を実施します

⑥担当者から検査結果を基にアドバイスを受けます

# ～検査用紙参考①～

美容栄養研究会

様 腸内フローラ検査結果（門レベル分類）

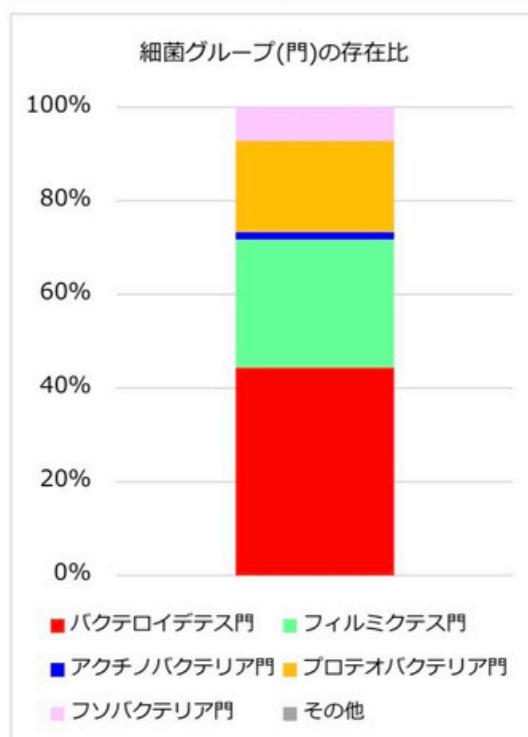
F/B比\*

0.62

$$= \frac{\text{フィルミクテス門の存在比}(F)}{\text{バクテロイデス門の存在比}(B)}$$

\* F/B比が 2 より高い数値の場合は肥満になりやすい傾向にあると考えられます。

細菌グループ(門)	性質	存在比(%)
バクテロイデス門	ヒトの腸内に多く存在する腸内細菌叢の主要な構成菌であり、腸内の免疫系に重要な働きをしていると考えられている菌や肥満抑制に関与していると考えられている菌などが含まれます。	44
フィルミクテス門	善玉菌の乳酸菌のほか、悪玉菌であるレンサ球菌、ウェルシュ菌（糞便の悪臭に関与）等も含まれており、また肥満促進に関与していると考えられている菌も含まれています。	27
アクチノバクテリア門	様々な形状の細菌群や抗生物質をはじめとする様々な生理活性物質を産生する放線菌等を含むグループ。善玉菌として有名なビフィズス菌もこのグループに含まれています。	1.6
プロテオバクテリア門	腸内寄生菌であり食中毒の原因菌であるカンピロバクターや、胃潰瘍や胃癌などの原因菌である胃定着性のピロリ菌、最も有名な大腸菌など、悪玉菌が多く含まれています。	19
フソバクテリア門	大腸癌の発症リスクの指標として知られているフソバクテリウム属の細菌など、病原性を示す細菌群を多く含んでいます。	7.2
その他	シネルギステス門、レンティスファエラ門、ウェルコミクロビウム門、テネリクテス門、プランクトミケス門などが含まれます。	0



## 検査結果

① 肥満の指標とされるF/B比は0.62であり、肥満の可能性は低いと思われます。  
② 善玉菌を含むアクチノバクテリア門の細菌は1.6%(平均5%前後)と低い比率を示し、悪玉菌を多く含むプロテオバクテリア門の細菌が19%(平均6%前後)と高い比率であり、病原性を示す細菌群を多く含むフソバクテリア門の細菌も7.2%(平均0.7%前後)と高い比率であることから、腸内環境は悪い状態にあると考えられます。

## 用語説明

**存在比**：検体から検出された細菌全体(100%)に対する各細菌グループ(門)の割合(%)。疫学的調査の途中にあり一般性のある基準値は定められていません。

**F/B比**：一般性のある基準値は知られていませんが、肥満型の人の数値は高い傾向があります。日常生活において変動しやすい値ですが、2を超える場合は肥満に要注意と考えられます(弊社基準)。

# ～検査用紙参考②～

美容栄養研究会

## 腸内フローラ検査結果（属レベル分類）

学名(和名)			主な細菌（属）	特徴	分類
	リード数	存在比(%)			
Bacteroides (バクテロイデス)	11,401	34.54	腸管免疫系において免疫活性作用を有する腸内細菌叢を構成する優勢菌のひとつ。		■
Sutterella (サテレラ)	4,140	12.54	糖の資化性がなく反応性に乏しく、宿主にどんな影響を与えるのか不明。		■
Eubacterium (ユウバクテリウム)	2,675	8.10	腸内常在菌。感染症の原因菌も含まれる。		■
Bilophila (ビロフィラ)	1,870	5.67	硫化水素を產生して腸管壁バリア機能を低下させる悪玉菌を含む。		■
Fusobacterium (フソバクテリウム)	1,561	4.73	歯周病、大腸癌、潰瘍性大腸炎等に関わっている可能性が指摘されている病原菌種を多く含む属。		■
Parabacteroides (バラバクテロイデス)	1,547	4.69	腸内常在菌、日和見感染を引き起こすことがある。		■
Faecalibacterium (フィーカリバクテリウム)	1,450	4.39	酪酸を產生し、健康長寿に関与する菌として「長寿菌」と呼ばれている善玉菌。		■
<b>その他の細菌（属）</b>					
学名(和名)	リード数	存在比(%)			
Clostridium (クロストリジウム)	836	2.53			■
Blautia (ブラウチア)	560	1.70			■
Dialister (ディアリスター)	553	1.68			■
Bifidobacterium (ビフィドバクテリウム)	495	1.50			■
Acidaminococcus (アシダミノコッカス)	372	1.13			■
Gemmiger (ジェンミゲル)	370	1.12			■
Pseudobutyryvibrio (シュートブチリビブリオ)	309	0.94			■
Alistipes (アルスティペス)	281	0.85			■
Veillonella (ベイロネラ)	256	0.78			■
Roseburia (ロゼブリア)	226	0.68			■
Streptococcus (ストレプトコッカス)	160	0.48			■
Odoribacter (オドリバクター)	146	0.44			■
Ruminococcus (ルミノコッカス)	138	0.42			■
Lachnospirillum (ラクノクロストリジウム)	127	0.38			■
Butyrimonas (ブチリシモナス)	107	0.32			■
上記以外の少数細菌(属)群	237	0.72			■
判定不能	3,189	9.66			■
総数=	33,006	100			

■：善玉 ■：善玉の可能性 ■：悪玉 ■：悪玉の可能性 ■：不明

### 用語説明

**属**：生物の分類学的階級の1つ。上位から界、門、綱、目、科、属、種に分けられています。

例、動物[界]脊索動物[門]哺乳[綱]サル[目]ヒト[科]ヒト(粋・兆・エンス)[種]

**学名**：生物学の手続きに基づき、世界共通で生物の種および分類に付けられる名称。

ラテン語で表記され、字体はイタリックとするのが一般的。

**補足**：検査結果は「属」レベルで評価しており、属名が表記されていますが、「種」レベルまで表記する場合は、属名に加えて種形容語を付記して表記されます(例、粋・兆・エンス)。

この表し方を二名法といい、分類学の父カール・フォン・リンネにより体系化されました。

**リード数**：菌叢解析において検出したその菌種の16SrRNA遺伝子配列の数（存在量の目安）。菌叢とは一定範囲内(腸内、口腔内等)に存在する様々な細菌種を指します(植物種の場合をフローラといい、腸内での細菌叢をお花畠に例えて腸内フローラというようになりました)。16SrRNA遺伝子配列とは、細菌種を同定するために解読対象となるその菌種に特徴的なDNA塩基配列を指します。

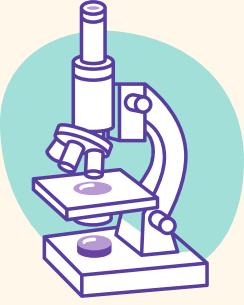
**存在比**：判定不能を含めたリード数の合計(総数)に対する各細菌(属)のリード数の割合(%)。

**分類**：細菌(属)の特徴から示唆される善玉性または悪玉性の区別。

**判定不能**：得られた細菌の配列データ(16SrRNA遺伝子配列)の中で、データベースとの照合による細菌の分類において、属レベルまで同定できなかった配列や全く未知の配列を含みます。

## 【常在菌を通してわかること】

- ・性格を左右する菌種
- ・大腸がんになりやすい菌の有無
- ・菌バランス,善玉、悪玉、日和見菌種別
- ・主要な腸内細菌（デブ菌、ヤセ菌）の割合
- ・下痢や便秘になりやすいタイプがわかります
- ・主要な腸内細菌（デブ菌、ヤセ菌など）の割合
- ・複数回検査をすることで腸内フローラの変化を再確認



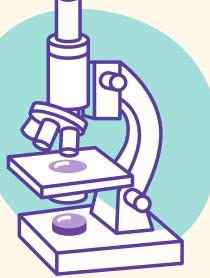
# 腸内細菌検査ステップ①



上記のQRコードを読み込む

or 下記のURLへアクセス

[https://re-flora.co.jp/?  
ac=nm1sa02134](https://re-flora.co.jp/?ac=nm1sa02134)



# 腸内細菌検査ステップ②

The screenshot shows the Reflora app's service list for gut bacterial examination kits. A yellow arrow points from the text below to the first product listing on the right.

Reflora

SERVICE LIST

0

Reflora

全て | フローラ検査キット

7件の商品が見つかりました

20件 ◆ おすすめ順 ◆

Reflora 検査キット

こんな方に

- 現在の食事療法が適切か判断したい
- 心臓・血管の病気がある、心臓・血管の病気を予防したい
- 糖尿病である
- 肥満である、ダイエットになかなか成功しない
- 便秘や下痢になりやすい

詳しくみる >

Reflora 検査キット

腸内の菌検査

1回分

腸内菌検査キット1回分+解説セット

¥29,700

数量 1

カートに入れる

Reflora 検査キット

腸内の菌検査

1回分

腸内菌検査キット1回分

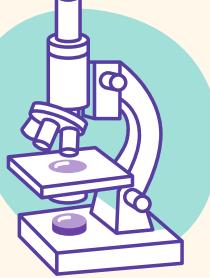
¥24,200

数量 1

カートに入れる

ページへアクセス後  
一番下にあります  
フローラ検査キット欄の  
詳しくみる→を  
クリック!

検査結果の解説と  
不調改善の為の  
アドバイスを  
ご希望の方は赤枠  
の解説付きを  
ご選択ください



# 腸内細菌検査ステップ③

## ヨツピングカート

1 カートの商品 2 お客様情報 3 ご注文手続き 4 ご注文内容確認 5 完了

商品の合計金額は「¥29,700」です。



腸内菌検査キット1回分+解説セット  
¥29,700  
小計：  
¥29,700

数量：1  
- +

あと「¥300」のお買い上げで**送料無料**になります。

合計： **¥29,700**

レジに進む

お買い物を続ける

ReJiora



メールアドレス

パスワード

次回から自動的にログインする

ログイン

ログイン情報を忘れですか？  
[新規会員登録](#)

レジに進むを選択後、会員登録をおこないます  
その後ログインしてください  
そのままご購入へすすみます

(※会員登録後入力いただいた住所へ  
検査キットが発送されます)



# 腸内細菌検査ステップ④



検査結果の用紙が届きましたら  
オンラインアプリや、文面説明等、お選びいただいた  
専門家からのアドバイスを受けることができます

(※検査キットをご購入いただいた際  
解説付きの商品をお選びいただいたお客様に  
かぎり、解説とアドバイスを受けていただきます)