

項目	内容
名称	清酒酵母 [英]Japanese sake yeast [学名]Saccharomyces cerevisiae
概要	清酒酵母は、清酒の製造において用いられる酵母の総称であり、甘酒、粕汁、粕漬、けやわさび漬けなどにも用いられる。ここでは、その中でも清酒酵母GSP6株 (Saccharomyces cerevisiae GSP6) について扱う。
法規・制度	<p>■ 食薬区分</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 酵母 (Saccharomycesに属する単細胞生物/トルラ酵母/ビール酵母/Candida utilis) 菌体：「医薬品的効能効果を標ぼうしない限り医薬品と判断しない成分本質 (原材料)」に該当する。
成分の特性・品質	
主な成分・性質	清酒の製造において用いられる酵母の総称である。
分析法	-
有効性	
ヒトでの評価	調べた文献の中に見当たらない。
消化系・肝臓	調べた文献の中に見当たらない。
糖尿病・内分泌	調べた文献の中に見当たらない。

生殖・泌尿器	調べた文献の中に見当たらない。
脳・神経・ 感覚器	RCT ・健康な成人60名 (平均37.7±1.1歳、日本) を対象とした二重盲検クロスオーバー無作為化プラセボ対照試験において、就寝1時間前に酒酵母粉末500 mg (乾燥酒酵母300 mg含有) を4日間摂取させたところ、睡眠時の脳波計測値9項目中1項目 (デルタ波出力) 、尿中クレアチニン当たりの成長ホルモン量、OSA睡眠調査票の5項目中1項目 (起床時眠気) のスコアの増加が認められた (PMID:26354605)。
免疫・がん・ 炎症	調べた文献の中に見当たらない。
骨・筋肉	調べた文献の中に見当たらない。
発育・成長	調べた文献の中に見当たらない。
肥満	調べた文献の中に見当たらない。
その他	調べた文献の中に見当たらない。
参考文献	(PMID:26354605) J Sleep Res 2016; 25(1) 116-23. (2019280333) オレオサイエンス. 2019;19(7):15-21.