

項目	内容
名称	カツオ (鰹) [英]Bonito、skipjack tuna [学名]Katsuwonus pelamis L.
概要	カツオは、温帯から熱帯の海に広く分布するサバ科の回遊魚である。日本では、刺身やたたき、かつお節などとして食される。
法規・制度	<p>■ <b>食薬区分</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・カツオ (かつお節、かつお節オリゴペプチド) 魚乾燥物、肝臓：「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。</li> <li>・肝臓 (ウシ、トリ、ブタ、カツオ) ウシ、ブタ、トリ、カツオの肝臓、エキス：「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。</li> </ul> <p>■ <b>食品添加物</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・天然香料基原物質リスト カツオブシが収載されている。</li> </ul>
成分の特性・品質	
主な成分・性質	・カツオ動脈球にエラスチンを含む (2017339813)。
分析法	-
有効性	

循環器・呼吸器	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	調べた文献の中に見当たらない。
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	<p><b>RCT</b></p> <p>・肌荒れを自覚している健康な成人32名 (試験群16名、平均42.8±6.5歳、日本) を対象とした二重盲検無作為化プラセボ対照試験において、カツオエラスチン75 mg含有サプリメントを就寝前に8週間摂取させたところ、右頬の皮膚弾力性 (戻り率)、血流、キメ個数、右足背部の皮膚水分量の増加、上背部の皮膚水分蒸散量の抑制、肌状態の主観評価32項目中3項目 (目元・口元のかさつき、全身の肌のかさつき、爪のつや・固さ) の改善が認められた。一方、角層細胞面積、重層剥離率に影響は認められなかった (2021196602)。</p>
参考文献	<p>(101) 学名でひく食薬区分リスト 薬事日報社 佐竹元吉 監修</p> <p>(102) 生物学辞典 第1版 東京化学同人</p> <p>(2017339813) 機能性食品と薬理栄養. 2017;11(2):97-108.</p> <p>(2021196602) 機能性食品と薬理栄養. 2021;14(5):269-83.</p>