



IDENS?L

R2 Agingcare

## 目次

### 01 | IDENSIL とは？

### 02 | パーソナルデータ (サマリー)

### 03 | パーソナルデータ (遺伝型)

### 04 | 項目詳細

- ・メンタル・ストレス
- ・睡眠
- ・体脂肪
- ・糖化 (血糖)
- ・筋肉
- ・血管・血圧
- ・頭髪
- ・シミ・そばかす

## ◎ IDENSILとは？

IDENSILは「カラダの専門家」が、「体質情報」を参考にするための業務用に特化した専用ツールです。

科学技術の発展により、遺伝子研究も大きく進歩してきました。

しかし、今の遺伝子検査<sup>\*</sup>で得られるものは「体質情報の一部」であり、どのような栄養素が不足しているのか、どのような才能を持っているのか（スポーツの向き不向き）等の、その人そのものの「答え」を得られるわけではありません。

※ 疾病診断のために行われる医療用検査を除く市販されている遺伝子検査

同じ運動、同じ食事、同じ休息、全て同じ事を同じ時間取り組んだとしても、人それぞれ結果は変わってきます。例えば、100m走を9秒台で走る選手と全く同じ練習や全く同じ生活を送ったからといって、9秒台で走ることができたり、同じダイエット方法を実践したからといって、同じように痩せることができるわけではありません。

それは「個人差」が存在するからです。

個人差の一部は、遺伝子研究の進歩により解明されつつあります。

例えば、本サービスにも含まれている筋線維組成の傾向や、脂肪燃焼に影響するホルモン等です。

これらの傾向が分かったからといって、明確な「答え」が分かるわけではありませんが、カラダの専門家がこのような情報を活用することで、より効果的なアドバイスに繋げることが可能になります。

このように IDENSIL はカラダの専門家が、環境要因や現在の状況、目的、体組成情報など様々な情報を加味し指導プログラムを組む際の「参考情報」にすることが出来て初めて意味をなすものです。

開発者が提供している各結果ページには、IDENSILを掲載しています。

カラダの専門家に向けた概要説明部分と、受検者の方が相談する際に参考にできるワンポイントアドバイス部分から構成されています。

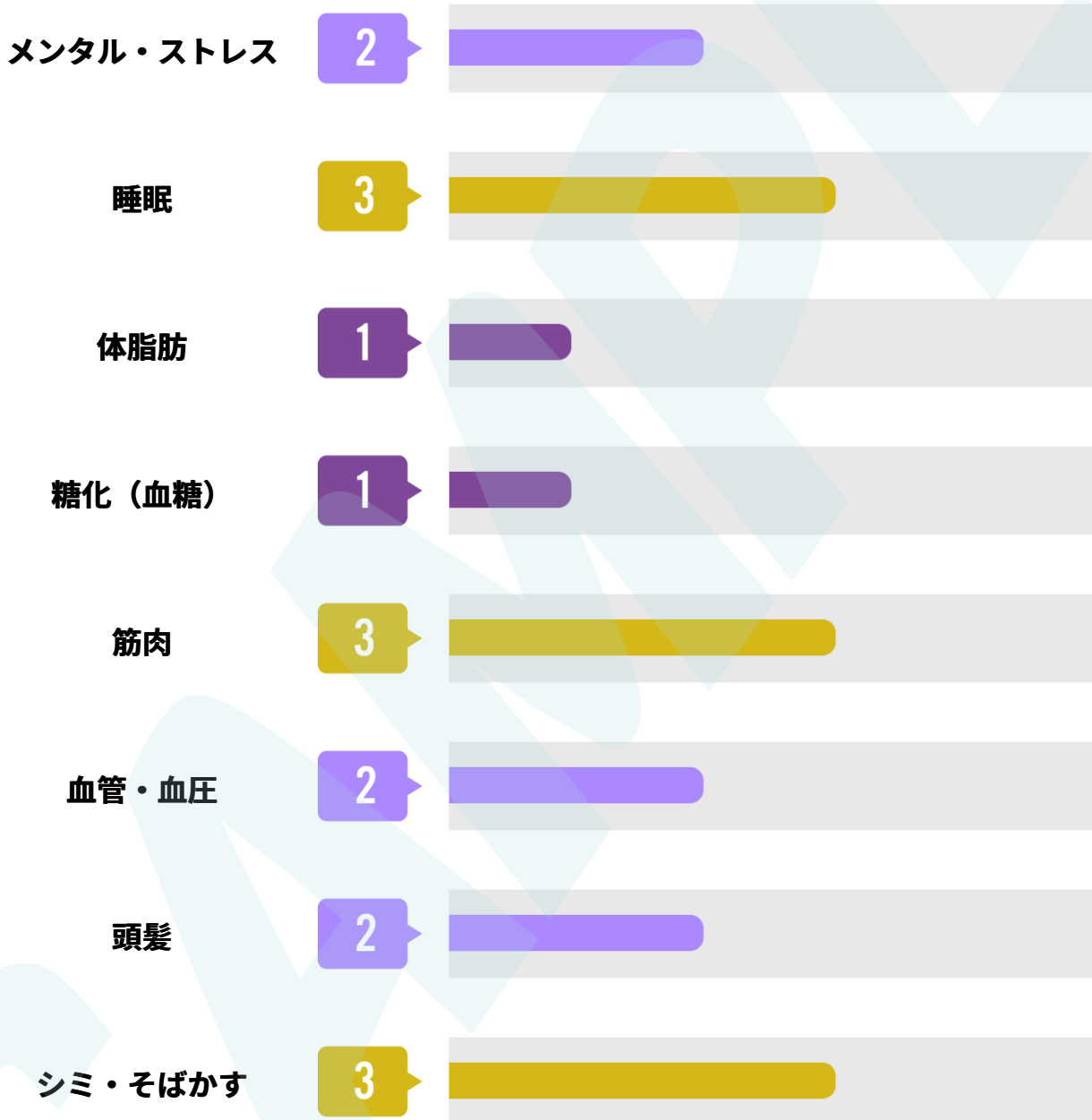
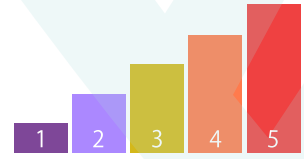
パフォーマンスの向上や健康維持・促進等、皆様の理想のカラダづくりにお役立てください。

2022年1月

株式会社グリスタ

## ◎ パーソナルデータ (サマリー)

遺伝子分析の総合スコアを5段階で判定しています。



## ◎ パーソナルデータ ( 遺伝型 )

	遺伝子	rs 番号	遺伝型
メンタル・ストレス	BDNF	rs6265	C/T
	BMP2	rs10485715	T/T
	ESR1	rs2234693	C/T
	PER3	rs228697	C/C
睡眠	MPP6	rs73284230	G/G
	PER3	rs228697	C/C
体脂肪	ADIPOQ	rs1063539	G/G
	AGT	rs699	C/C
	BDNF	rs2030323	G/T
	CDKAL1	rs2206734	A/G
	FTO	rs1558902	T/T
	PPARG	rs1801282	C/G
	SOD2	rs4880	T/T
	TNF	rs1800629	G/G
糖化 ( 血糖 )	ADIPOQ	rs1063539	G/G
	CDKAL1	rs2206734	A/G
	PPARG	rs1801282	C/G
	SOD2	rs4880	T/T
	TNF	rs1800629	G/G
筋肉	CRP	rs3093059	A/A
	SOD2	rs4880	T/T
	TNF	rs1800629	G/G
	VDR	rs2228570	A/G
	PPAR-δ	rs2267668	A/A
	PPARGC1	rs17650401	C/C
血管・血圧	ACE	rs4341	C/C
	AGT	rs699	C/C
	ESR1	rs2234693	C/T
	SOD2	rs4880	T/T
頭髪	CYP19A1	rs7176005	C/T
	HSD3B1	rs1047303	A/A
	20p11	rs1998076	G/G
	20p11	rs201571	C/T
シミ・そばかす	BNC2	rs10810635	T/C
	HSPA12A	rs12259842	C/C
	MTHFR	rs1801133	A/A
	PPARGC1B	rs251468	C/T
	RAB11FIP2	rs61866017	G/T
	RAB11FIP2	rs10444039	A/A

## ◎ 項目詳細

# メンタル・ストレス

## メンタル・ストレス総合スコア「2」

2

総合スコアが高いほど、ストレスを感じやすい傾向です。

### 検査遺伝子

BDNF・BMP2・ESR1・PER3

## メンタル・ストレスとは

ストレスは、ストレスラーによって引き起こされる生体反応のことです。

ストレスやそれに伴う生体反応は、神経系や免疫機能、

様々なホルモンなどの相互作用によって、調整されています。

この項目では、脳由来神経栄養因子などのストレス反応に関連する

遺伝子多型を調べることで、ストレスの感じやすさを判定しています。

## ワンポイント

ストレス対策としては、体や心の定期的なケアが大切であることが知られています。

体質に基づいた具体的な対策を専門家と一緒に考えて実践していきましょう！

## 睡眠

### 睡眠総合スコア「3」

3

総合スコアが高いほど、睡眠が乱れやすい傾向です。

#### 検査遺伝子

MPP6・PER3

### 睡眠とは

睡眠は、概日リズムなどを整える役割を持っています。

また、記憶力の維持やホルモン分泌等、生体の様々な機能に影響を及ぼします。

この項目では、体内時計などに関連する

遺伝子多型を調べることで、睡眠への影響を判定しています。

### ワンポイント

良質な睡眠には、生活習慣などを意識することが大切であることが知られています。

体質に基づいた具体的な対策を専門家と一緒に考えて実践していきましょう！

## 体脂肪

### 体脂肪総合スコア「1」

1

総合スコアが高いほど、体脂肪が蓄積しやすい傾向です。

#### 検査遺伝子

ADIPOQ ・ AGT ・ BDNF ・ CDKAL1 ・ FTO  
PPARG ・ SOD2 ・ TNF

### 体脂肪とは

体脂肪は、消費しきれなかった過剰なエネルギーが脂肪となり蓄積されたものです。

体脂肪の蓄積は、炎症性サイトカインの分泌を増大し、

身体へ様々な悪影響を及ぼすと言われています。

この項目では、炎症性サイトカインや糖の取り込み等に関連する遺伝子多型を

調べることで、体脂肪への影響を判定しています。

### ワンポイント

体脂肪量のコントロールには、生活習慣の見直しと改善が大切であることが知られています。

体質に基づいた具体的な対策を専門家と一緒に考えて実践していきましょう！



## 糖化（血糖）

### 糖化（血糖）総合スコア「1」

1

総合スコアが高いほど血糖が増加しやすく、糖化が進みやすい傾向です。

#### 検査遺伝子

ADIPOQ・CDKAL1・PPARG・SOD2・TNF

### 糖化（血糖）とは

糖化は、糖質がタンパク質に結合し変成することで、老化物質を生成する反応です。

活性酸素の発生原因となり、老化の促進に繋がると言われています。

この項目は、糖の取り込みや炎症、活性酸素等に関連する

遺伝子多型を調べることで、血糖への影響を判定しています。

### ワンポイント

糖化対策としては、食事や運動による血糖のコントロールが大切であることが知られています。

体質に基づいた具体的な対策を専門家と一緒に考えて実践していきましょう！

## 筋肉

### 筋肉総合スコア「3」

3

総合スコアが高いほど、筋力・筋量が低下しやすい傾向です。

#### 検査遺伝子

CRP・SOD2・TNF・VDR・PPAR- $\delta$ ・PPARGC1

### 筋肉とは

筋肉は、細長い筋線維細胞が束ねられて構成されたものです。

筋肉の適応（肥大・萎縮）には、炎症因子や酸化ストレスなどが関係しています。

この項目では、炎症やミトコンドリア等に関連する遺伝子多型を

調べることで、筋肉や運動効果への影響を判定している項目です。

### ワンポイント

筋肉量のコントロールには、生活習慣の見直しと改善が大切であることが知られています。

体質に基づいた具体的な対策を専門家と一緒に考えて実践していきましょう！

## 血管・血圧

### 血管・血圧総合スコア「2」

2

総合スコアが高いほど、血圧が高くなりやすい傾向です。

#### 検査遺伝子

ACE・AGT・ESR1・SOD2

### 血管・血圧とは

血圧とは、心臓から送り出される血液によって血管壁にかかる圧力のことです。

ホルモンは、血圧のコントロールにおいて大切な働きをしています。

この項目では、性ホルモンの代謝酵素や血管収縮・拡張に関わる因子等に

関連する遺伝子多型を調べることで、血管・血圧への影響を判定しています。

### ワンポイント

血圧のコントロールには、生活習慣の改善が大切であることが知られています。

体質に基づいた具体的な対策を専門家と一緒に考えて実践していきましょう！

## 頭髪

### 頭髪総合スコア「2」

2

総合スコアが高いほど、脱毛のリスクが高い傾向です。

#### 検査遺伝子

CYP19A1・HSD3B1・20p11※

※対象遺伝子は2種類の遺伝子を検査しています。

### 頭髪とは

脱毛は、加齢やホルモンに関連した薄毛リスクのことです。

ホルモンのアンバランスは、薄毛を引き起こす原因とも言われています。

この項目では、性ホルモンの代謝酵素等に関連する

遺伝子多型を調べることで、頭髪の脱毛リスクを判定しています。

### ワンポイント

薄毛を予防するためには、多方面からのケアが大切であることが知られています。

体質に基づいた具体的な対策を専門家と一緒に考えて実践していきましょう！

## シミ・そばかす

### シミ・そばかす総合スコア「3」

3

総合スコアが高いほど、シミ・そばかすが生じやすい傾向です。

#### 検査遺伝子

BNC2・HSPA12A・MTHFR・PPARGC1B・RAB11FIP2<sup>※</sup>

※対象遺伝子は2種類の遺伝子を検査しています。

### シミ・そばかすとは

シミ・そばかすは、皮膚内で作られる色素が沈着したものです。

本来メラニンとは、紫外線から肌細胞を守るために作られます。

紫外線を浴び続けることで、シミ・そばかすの原因となるメラニンを生成します。

この項目では、メラニンやホモシステインの働き等に関する

遺伝子多型を調べることで、シミ・そばかすへの影響を判定しています。

### ワンポイント

シミ・そばかすを防ぐには、身体の外側・内側からのケアが大切であることが知られています。

体質に基づいた具体的な対策を専門家と一緒に考えて実践していきましょう！

取扱店ID: [REDACTED]

監修協力

東北大学名誉教授

理学博士 山元 大輔

開発元



株式会社グリスタ

〒103-0014

東京都中央区日本橋蛸殻町 1-25-4 日本橋栄ビル 2F

TEL 03-6206-2396 (受付：平日 9 時～ 18 時)

<https://idensil.jp/>