

Weekly コラム

令和 3 年 9 月 21 日

〒541-0055 大阪府中央区船場中央 2-1

船場センタービル 4 号館 4 階

船場経済倶楽部

Tel 06-6261-8000

(NPO 法人 SKC 企業振興連盟協議会)

Fax 06-6261-6539

人の輪・衆智・繁栄

活動方針



当団体は、異なる業種の経営者が相集い、力を合わせ、自らの研鑽と親睦を通じて、斬新な経営感覚と新たな販売促進を創造して、メンバー同士でより健全な事業所とその事業所のイメージアップを図り、地域社会に貢献できる事業所となることを目的とする。

炭酸ブーム

昨今続く自粛の中で、新しい生活様式によって様々なことが取り入れられるようになりました。その中でストレスを緩和させるものがヒット商品へとつながっていて、その一つに炭酸飲料水があります。ここで紹介するのは無糖の炭酸飲料水です。欧州では水の代わりに炭酸水を飲む習慣があります。日本ではウイスキーや焼酎を割るための用途が多かったのですが、この数年で直接飲まれるようになり、飲料メーカーによると前年比 20%アップと大きなうねりとなっているそうです。各社躍起になって新商品を市場投入しています。先に挙げたストレス発散もさることながら炭酸によってお腹が満たされること、無糖なのでヘルシーなことなどがブームに一役買っているそうです。

ここでは簡単にブームとなっている要因について検証していきます。炭酸水は空腹を満たすと言われていますが、炭酸水を飲むと、胃の中で炭酸ガスが膨らむことによって満腹中枢が刺激されることとなります。これが満足感につながります。専門家によると食前に常温に近い温度の炭酸水を 300~500ml 飲むことにより、満腹中枢が刺激され、過食を防ぐ効果が得られるとのこと。

また便秘解消にも効果が得られるそうです。便を体外に排出するためのぜん動運動が冷たい炭酸水を飲むことによって、炭酸ガスが腸を刺激し活動が促進されます。便秘気味の時に試してみるのも一計です。

体温上昇にも一役買っているそうです。炭酸水を飲むことにより、ぜん動運動が活発になり、全身の血液量が増加。増加した血液量をもとに戻そうとするため腎臓で水分量を調整しますが、この時に全身の血液循環がよくなり、体内に熱が広がります。血液循環が良くなると冷え性や基礎代謝向上、免疫力アップにつながるので、このご時世に炭酸水が飲まれていることはニーズに合っているかもしれません。

注意していただきたいのは、無糖の炭酸水を選ぶことです。風味を付けたフレーバー系の中には砂糖が使用されている物もありますので、上記のような効果が発揮されないケースがあります。

巷ではより炭酸が感じられる強炭酸水など、ラインナップがどんどん投入されてきていて、ブームはまだまだ続きそうです。



記事の内容に関するお問い合わせは事務局までご連絡ください。

ウィークリーはメールでの配信も行っております。お手数ですが、「メール希望」・「配信停止希望」と件名にご入力の上、

skc-soudan@skc.ne.jp まで空メールをご送信ください。また、FAX ご不要の際は、その旨をお電話にてお申しつけください。