

そのカラダのお悩み

腸内フローラ検査で 解決のヒントを見つけませんか？

こんな方におすすめです



お腹の調子が悪い



痩せにくい



ストレスが多い



肌荒れしやすい



食生活が乱れがち



免疫機能が不調

腸内フローラ検査サービス

Mykinso Pro

マイキンソー プロ

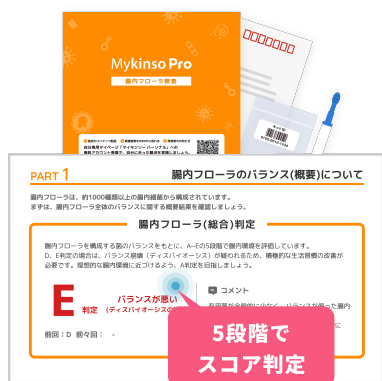
検査実績数

国内トップクラス

累計検体数

10万 件以上

マイキンソー管理栄養士による、**あなたの腸内環境**
に合った食事や生活改善**アドバイス**つき



あなたの腸内環境を
A~Eの5段階で判定



「腸活ご相談コール」でマイキン
ソー管理栄養士に直接検査結果や
腸活について電話相談ができます

腸内フローラについては
二次元コードから（動画）



検査結果の詳細イメージは裏ページへ

CY24-0002

当施設限定価格

通常 ~~19,800円~~ (税込)



15,950 円

(税込)

JA長野厚生連

長野松代総合病院

電話：026-278-3500
(健康管理課 直通)

検査の流れ 自宅でかんたん！

① キットの受け取り



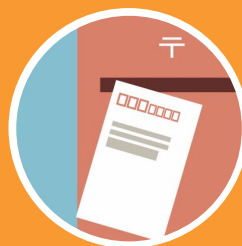
当院から検査キットをお受け取りください

② 自宅で採便



ご自宅で検査キットを使い便を採取します

③ ポストに投函



採便したキットを同封の返信用封筒に入れポストに投函します

④ 結果の受け取り



郵送で検査結果が返却されます(ポスト投函から4~6週間)

よくあるご質問

Q 検査でどんなことが分かりますか

A 腸内フローラの総合判定や生活習慣病等の疾患別リスク判定、有用菌や要注意菌などの結果が分かります。菌の結果に合わせてカスタマイズされた、改善アドバイス(管理栄養士監修)もついています。

Q 検査結果は紙ですか、webですか

A 紙レポートです。「マイキンソーパーソナル」にご登録いただいた場合は、web上でも結果を閲覧できます。
※任意

Q 検査結果や腸活の内容について相談できますか

A 検査結果公開後は、「腸活ご相談コール」サービスにて、無料で株式会社サイキンソーの管理栄養士とマンツーマンで電話相談が可能です。※事前予約制

Q 検査を受けられない人はいますか

A 16歳以上の方であればどなたでも検査可能です。抗生剤服用中と服用後1ヶ月間、生理期間中、バリウムや下剤の服用直後はなるべく採便をお控えください。

検査結果レポートイメージ (一部抜粋 ※全8ページ)

腸内フローラ判定

腸内フローラバランスを5段階で評価します。

腸内フローラ(総合)判定

腸内フローラを構成する菌のバランスをもとに、A~Eの5段階で腸内環境を評価します。D、E判定の場合は、バランス崩壊(ディスバイオーシス)が疑われるため、積極的な改善が必要です。理想的な腸内環境に近づけるよう、A判定を目指しましょう。

E 判定 バランスが悪い
(ディスバイオーシスの疑い)

前回: D 前々回: -

コメント

有用菌が全般的に少なく、フローラです。生活習慣を改善して、3ヶ月後再検査をおすすめします。

疾患別リスク判定

糖尿病、高血圧、大腸がんなどの腸内フローラからみた疾患リスクがわかります。

疾患別リスク判定

機能性下痢 (IBS)



前回: 低 前々回: -

コメント

腸内フローラのバランスから見たIBSのリスクは低いと考えられ、引き続きp.5のような生活習慣を

改善アドバイス

不足している有用菌の増やし方や、要注意菌の改善方法などがわかります。

個別注目菌 (有用菌)

改善ポイントトップ3

p.4の個別注目菌(有用菌)の結果を改善するために、あなたにとって特におすすめの、具体的な改善実践方法やアドバイス上位3項目です。

1 果物の摂取

果物には、腸内細菌のエサとなる水溶性食物繊維や糖アルコールが含まれています。特に旬を迎えた果物は、栄養価が高い傾向にあります。1日1品の果物が理想的な習慣です。

この生活習慣で改善できる菌

- アクティブ菌 (ラクノスピラ)
- やせ菌 (クリステンセネラ)
- アクティブ菌 (ロゼブリア)
- アクティブ菌 (モングロバ)

2 運動

適度な運動は、自律神経に良い影響を与え、排便に必要な筋肉作りに繋がります。マイキンソーデータでは、週に60分以上運動している人ほど菌叢が安定傾向にあります。

この生活習慣で改善できる菌

- アクティブ菌 (ラクノスピラ)
- アクティブ菌 (ロゼブリア)
- 酢酸産生菌 (ビフィズス菌)
- アクティブ菌 (モチリシコッカス)
- アクティブ菌 (モングロバ)

3 牛乳・チーズの摂取

牛乳やチーズには、腸内細菌のエサとなるオリゴ糖が含まれています。マイキンソーデータでは、牛乳・チーズの摂取頻度が高いほどビフィズス菌の保有率が高い、というデータもあります。

- 酢酸産生菌 (ビフィズス菌)
- やせ菌 (クリステンセネラ)
- アクティブ菌 (モングロバ)

健康長寿菌判定

健康長寿の人の腸内に多い、「ビフィズス菌(酢酸産生菌)」と「フィーカリバクテリウム」を保有していたかどうかを判定しています。※各菌の詳細結果はp.4「個別注目菌の割合」

2種とも豊富 1種のみ不足気味 2種とも不足気味

前回: 2種とも豊富 前々回: -

コメント

ビフィズス菌(酢酸産生菌)p.4の個別注目菌の結果

健康長寿菌判定

元気な高齢者の方に多い菌を3段階で判定します。

有用菌/要注意菌の割合

良い働きをしている有用菌や、悪い働きをしている要注意菌の割合がわかります。