

**アルギニンは大腸内のポリアミンの原料である**



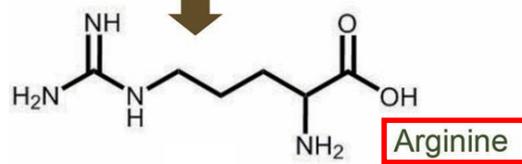
オカラには難消化性ペプチドが多く含まれている

ある種の腸内細菌(乳酸菌など)のプロテアーゼによって、難消化性ペプチドが分解されてアルギニンなどのアミノ酸が生じる

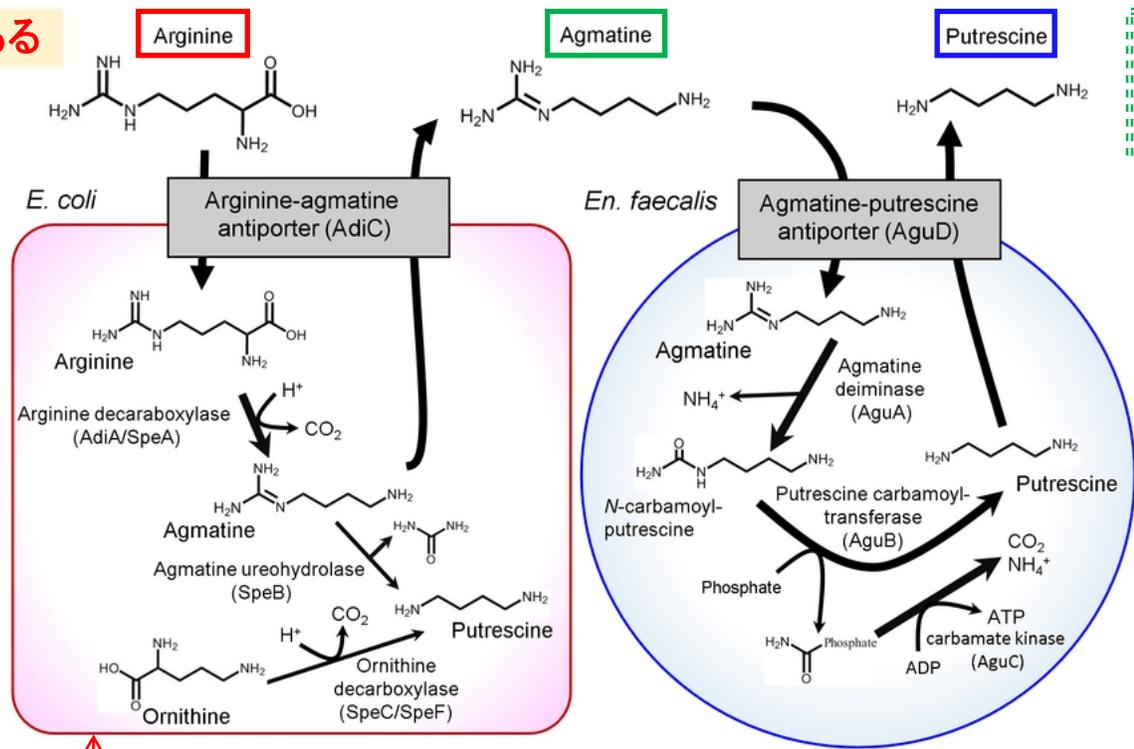


Non-digestible peptides (reaches large intestine in undigested form)

Degradation by proteases of gut commensal bacteria



(原図の出典: 栗原 新; 近畿大学生物理工学部食品安全工学科, Soy Protein Research, Japan 25, 87-92, 2022.)



(原図の出典: Kitada et al., Sci. Adv. 2018; 4 : eaat0062 27 June 2018)

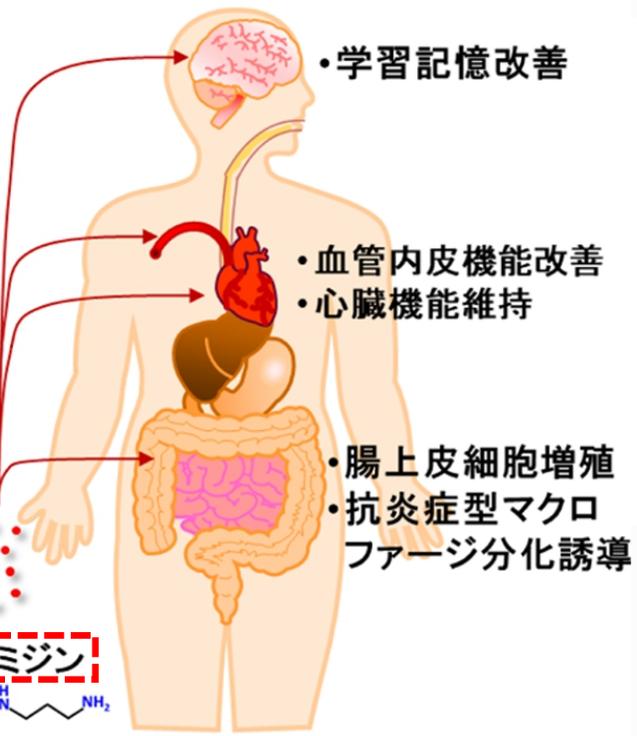
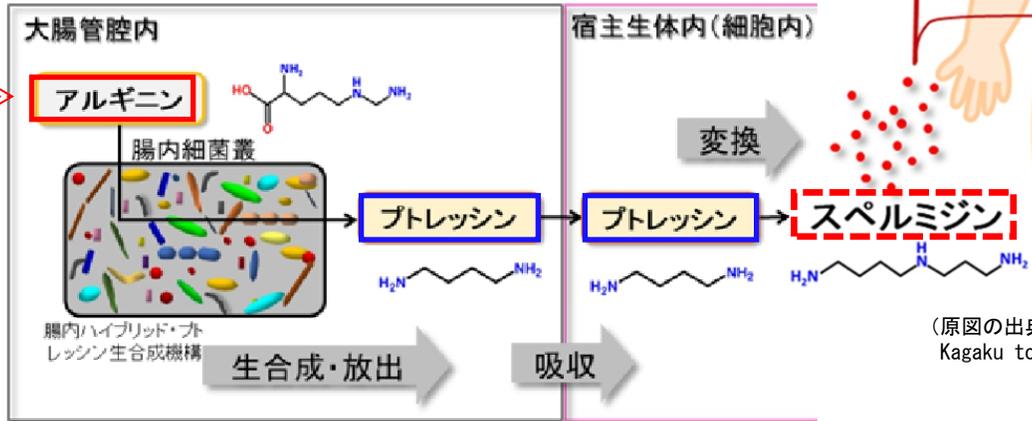
アグマチンは、別の腸内細菌(エンテロコッカス・フェカリスなど)によって**プレッシン**へと変換される

アルギニンの、人体に対する直接的な作用として、成長ホルモン・インスリン・IGF-1・グルカゴンの分泌促進、尿素回路の構成、免疫反応の活性化、細胞増殖の促進、コラーゲン生成促進、一酸化窒素の生成による血管拡張、血小板凝集抑制、ミトコンドリアの生成などである。

そして、最も重要なのが、大腸内のポリアミンの原料になることである。

大腸内に生じたアルギニンは別の腸内細菌(大腸菌など)によって**アグマチン**へと変換される

**プレッシン**は、ヒトの体内において**スペルミジン**へと変換され、抗老化に関わる様々な健康効果をもたらす



(原図の出典: 松本 光晴; 協同乳業株式会社研究所, Kagaku to Seibutsu 59(12): 598-604 (2021))