



## 夏見台幼稚園・保育園 ニュースレター 2026.6.15 号

園主の鳥居徹也です。夏見台幼稚園・保育園でのこだわりをニュースレターにまとめます。どうぞご覧ください。※配信停止の方はお手数ですがメールまたはお電話でどうぞ(info@treponte.jp まで)

〒273-0866 船橋市夏見台 2-16-1 夏見台幼保園  
電話:047-429-7231

# 子どもの脳は腸で守られている

認知症の薬の開発は難しいといわれます。その1つの理由として、今回のテーマ「**BBB：血液脳関門** (Blood-Brain Barrier)」の存在があります。他の臓器よりも脳は手厚く守られているのです。



ところで腸と脳の密接な関係が解明されてきています。腸内細菌の中でも善玉菌と言われる「**酪酸菌**」が生成する酪酸が、血液に乗って脳の毛細血管に達します。この酪酸は、BBBの結びつきを強化することが

わかっています。

腸内細菌のいない無菌マウスは、脳の BBB のバリアが弱く、脳に害のある物質をやすやすと通過させてしまいます。これは 2014 年の実験で明らかとなりました。

ここに酪酸菌を腸内に注入するか酪酸を直接与えると、BBB の機能は復活するのです。

ここで問題となるのが、子どもの BBB です。幼児の BBB は未発達なので、子どもの脳は毒や細菌に弱いのです。その上で、お菓子ばかり



## 子どものBBBは未発達！



食べていると、腸内の悪玉菌が増えてしまいます。その成分である LPS (リポ多糖) が血中に入ると、炎症を引き起こしそれが脳に…

私が良質の甘味にこだわって、給食に「みりん蜜」を使用している理由がそれです。甘味は脳のエネルギーなので子どもは甘いものを欲しがります。しかし腸のバリアも脳のバリアもまだ発達途中です。

## 子どものBBBは“建設途中”

- ① BBBが未成熟
- ② 腸内細菌も発達途中
- ③ ストレス耐性も低い
- 👉 大人より影響を受けやすい



腸を育てることは脳を守ることに繋がります。お菓子やジュース (果汁 100%も同様です) はできるだけ控え (できたら全くとらない)、食物繊維を意識してください。

海藻やキノコ、ごはんにはもち麦をまぜると、酪酸菌が増えます。園の給食では、もち麦よりも効率よく食物繊維がとれる「スーパー大麦」を取り入れています。(終)



### ターニングポイントとなった研究



2014年の研究  
カロリンスカ研究所  
(スウェーデン)



無菌マウス

無菌マウスの  
BBBはゆるい  
↓  
菌(酪酸)を投入  
BBBが回復!

# 1日130円のロイテリ菌の価値は？

「赤ちゃんが生まれました！」と聞いたとき、私はできるだけロイテリ菌の話をすることにしています。乳幼児の腸内細菌は未発達。赤ちゃんのうちから与えると、おなかの中の善玉菌が有意になります。



「子どもの夜泣きが止まる菌がある」といった話を聞いたことがロイテリ菌との出会いでした。ちょうど1歳の子どもがいる園の先生に、このロイテリ菌をすすめました。すると…

たしかにロイテリ菌を飲ませると夜泣きは止まった。そこで試しにロイテリ菌をやめてみました。するとまた夜泣きが復活。「あれは効きますよ！」と教えてくれました。

実は先日、在園の保護者の方（お父さん）からお話を伺ったのです。「園長先生からすすめられたロイテリ菌のおかげで、子どもがとても落ち着いています」と。

私はこういった話が一番うれしいのです。そして幼児教育に携わってきてよかったと思うのです。これが高校生では手遅れです。乳幼児だからいいのです。

ロイテリ菌は、ヒトの体内（母乳、口腔内、胃、腸など）に元々生息しています。「ヒト由来の乳酸菌」の一種です。優れた定着力と生存率の高い菌です。

一般的なヨーグルトなどに含まれる動物性・植物性の乳酸菌は、胃酸や胆汁に弱いのです。生きて腸まで届いても「通過菌」として数日で体外へ排出されてしまうものが大半です。

一方、ロイテリ菌は元々ヒトの体内に住んでいる菌であるため酸に強く、増殖しやすいといわれます。

ロイテリ菌の最大の武器は、「ロイテリン」という独自の天然抗菌物質を作り出すことです。この物質は、ピロリ菌、歯周病菌、虫歯菌、大腸菌といった悪玉菌の増殖だけを特異的に抑制します。虫歯予防にもいいのです。

さらにこんな実験もあります。

## ロイテリ菌を与えたマウスで オキシトシン分泌増加や 社会性も向上するため、 「幸せ菌」と呼ばれる



「情緒の安定と集中力」のある子ども。私はそんな子どもなら、この先外的な環境が変わっていても、巧みに世の中を渡っていけると思います。そのための投資です。

バイオガイア社の「チャイルドヘルス 10ml ロイテリ菌」の値段はAmazonで調べると5400円でした。1日あたり



130~140円です。これを高いとみるか安いとみるか。私は「安い！」といいたいです。



「自分の子どもがどのように育ってほしいか？」という調査をする、男の子なら大谷翔平、女の

子なら芦田愛菜となるそうです。もちろん才能の問題はあるでしょうが、「情緒の安定と集中力」といった点で、ロイテリ菌に期待したいところです。AI時代を生きる子どもたちに、よりよい腸内環境を与えたいと思います。（終）