

健康診断を毎年受診しているけれど
一生変わらない遺伝子検査って
興味あるなあ



病気のなりやすさ =

遺伝因子 × 生活習慣 (環境因子)

遺伝子検査の流れ

① 医療施設で検査の説明を受けます



② 遺伝子検査の申込書と問診表を記入します



③ 約2mlの採血を行います



④ 約1カ月後に医療機関より
検査結果が届きます



サインポストの 遺伝子検査の特徴 SIGNPOST GENETIC SCREENING

● 大阪大学医学部の研究成果

遺伝子の働きについては、人種によって大きな差があることが明らかになっています。

株式会社サインポストが開発する本検査は、大阪大学医学部の研究成果を中心として、多数の日本人データに基づいて評価しています。

また、測定する遺伝子(SNP)は、科学的根拠が明らかになっており、極めて重要度が高い遺伝子(SNP)だけを採用しています。

● 一つの遺伝子で 全て決定するわけではない

一般的な個人体質は、複数の遺伝子(SNP)と生活習慣の影響を受けていることが明らかになってきました。従って、一つの遺伝子だけで個人の体質を評価することはできません。

お知らせ

遺伝子は一生変わらない情報です。その情報はID番号管理で大切に保管されるため、再度、採血や試料採取することなく、心筋梗塞や脳梗塞などのリスク判定を受けることも可能です。今後、新しい研究結果が確認され次第、新たな判定項目を追加していく予定です。ご自身の生まれ持った遺伝子情報を健康維持・増進にお役立てください。

詳しくはこちら

株式会社サインポスト

〒541-0045 大阪市中央区道修町2-2-5 イヌイ第二ビル4F

 0120-534-310

遺伝子検査 サインポスト

検索

<https://www.signpostcorp.com/>

大阪大学医学部
から生まれた

遺伝子 検査

生活習慣病予防
プログラム

— 16項目 —



肥満



体内老化



動脈硬化



コレステロール



高血圧



高血糖



血栓



アレルギー



アルコール



非アルコール性
脂肪性肝疾患



ロコモ
(筋力低下)



もの忘れ



歯周病



骨粗しょう症
・骨折



尿酸・痛風



ストレス感受性

 signpost
Directing you to health

将来の健康のために…

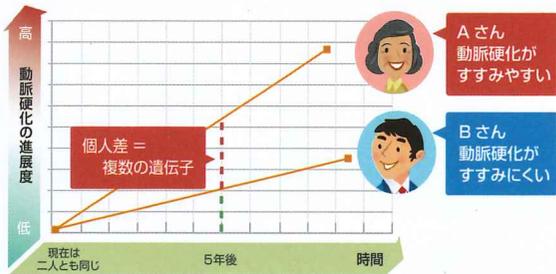
- いつまでも自分の足で元気に歩きたい
- 自分の歯でおいしく食事を楽しみたい
- いつまでも、体も心も頭も元気で過ごしたい



いまのうちに
何かできる事
はないかしら？

● あなたは動脈硬化がすすみやすい？

メタボリックシンドロームを指摘されたAさんとBさん
同じ食事や運動をしても、いくつかの遺伝子の違いによって
将来の動脈硬化のすすみやすさや糖尿病のおこりやすさに違いがあることがわかりました



同じような生活習慣（食事や運動）でも、
遺伝的要因（体質）によって病気のなりやすさや
進みやすさは全然違うんだね！
だからこそ、人それぞれに合った
オーダーメイドの生活改善が大切なんだね！

検査結果見本

肥満 レベル5（強い）

日本 一部の肥満に関する遺伝的リスク要因は合計数 10 個です。遺伝的には変わりやすい体質です。

◆ 肥満関連遺伝子の測定結果

遺伝子	遺伝子の主な働き	測定結果
β2AR	脂肪を分解させるホルモン（アドレナリン）の働きが弱く、蓄積傾向が100cal少ない。また、内臓脂肪が蓄積されやすい体質。お尻に太りやすい。	弱
UCP1	脂肪を燃焼させる働き（UCP1）が弱く、蓄積傾向が100cal少ない。また、内臓脂肪が蓄積されやすい体質。お尻に太りやすい。	弱
β2AR	脂肪を分解させるホルモン（アドレナリン）の働きが弱く、蓄積傾向が100cal少ない。また、皮下脂肪が蓄積されやすい体質。下半身に太りやすい。	弱
UCP2	脂肪を分解・燃焼させる働き（UCP2）が弱く、内臓脂肪・皮下脂肪が蓄積されやすい。	弱
FTO	食欲調節に関与している遺伝子の働きが弱く、食後の満腹感が得られにくい。また、高カロリー食品の嗜好性が強く、太りやすい。	弱
MTMR9	食欲調節に関与している遺伝子の働きが弱く、太りやすい。	弱
LEP	食欲調節に関与している遺伝子の働きが弱く、太りやすい。	弱

現在、BMI値（BMI値：27.6）です。標準体重からは16.2kgオーバーしています。
脂肪的BMI値と1日摂取カロリー2800kcal以上を摂取している可能性があります。

◆ 遺伝子からおすすめ的生活習慣

- 栄養成分: レチノール、カフェイン、コエンザイムQ10、ビタミンB1
- 食品: アミノ酸
- ライフスタイル: ダイエット、睡眠に注意、有酸素運動、筋トレ・ストレッチ

該当する
栄養成分・
ライフスタイル
をご提案

日常生活の改善ポイント

- 朝食: 朝食を摂る
- 水分: 水分を摂る
- 運動: 有酸素運動
- 睡眠: 睡眠に注意
- ストレス: ストレスを減らす
- 喫煙: 禁煙
- 飲酒: 飲酒を控える
- 食生活: 健康的な食生活を送る

推奨される&注意すべきライフスタイル一覧

「遺伝子検査」とは、潜在的な目に見えないリスク（危険性）を知ることにより、
健康を維持するために必要なライフスタイルや栄養素を提案することが出来る「道しるべ」です。

遺伝因子

持って生まれた体質（遺伝子）は
一生変わらないけど…

生活習慣（環境因子）

毎日のライフスタイル（食事・運動・体重）
は変えられるよね！

営業で1日にコーヒーを何杯も飲んでいました。お砂糖やミルクは控えていましたが…

検査結果から
血検でPAI-1遺伝子を保有していたAさん

（血検アドバイス結果：一例）
カフェインと糖質の摂りすぎに注意
血液の凝固に関連する悪玉ホルモン（PAI-1）が増えやすい体質です。
「カフェイン」は少量であれば健康増進になりますが、摂りすぎ（コーヒーの場合/1日あたり4杯以上）はPAI-1の血中濃度を高めてしまいます。
また「糖質の摂りすぎ」も中性脂肪を高め、PAI-1の濃度を高めてしまうので注意が必要です。

Aさんにとって、カフェインの摂りすぎも悪玉ホルモン（PAI-1）の血中濃度を高めてしまうため、カフェインの多い飲み物を控える事がおすすめです。



日常生活の改善ポイント

- 栄養成分: カフェイン、糖質
- 食品: コーヒー、砂糖、ミルク
- ライフスタイル: カフェインの摂りすぎを控える

推奨される栄養成分一覧