

「メンタルバランス®チョコレートGABA」ブランド通信

メンタルバランス®チョコレートGABAとは

メンタルバランス®チョコレートGABAとは、GABA成分（γ-アミノ酪酸）を多く含有した機能性表示食品チョコレートです。

◆メンタルバランス®チョコレートGABAの思い：

メンタルバランス®チョコレートGABAは、ストレス社会と言われる現代において、皆さまが日々のストレスと上手に付き合い、前を向いて生きることをサポートしたい、という思いをもって活動しています。



メンタルバランス®チョコレートGABAの歴史

- ・2003年 開発スタート
- ・2005年 **メンタルバランス®チョコレートGABA発売**
- ・2007年 既存品の2倍濃度のGABA成分を配合したスーパーミルク、スーパービターを発売
- ・2016年 **機能性表示食品として届出が受理される**
全品を自立性に優れたスタンドパウチに変更
- ・2019年 **GABAフォースリープ〈まるやかミルク〉発売**



2005年
発売当時



2007年
スーパーミルク・スーパービター



2016年
全品スタンドパウチに

「おいしさと健康」の栄養菓子「グリコ」のDNAを色濃く受け継ぐGABAチョコレート

江崎グリコ創業者の江崎利一がグリコーゲンと出会い、お菓子に入れることでおいしく子どもが食べられて健康を保てるという発想から生まれたのが栄養菓子「グリコ」でした。この「おいしさと健康」の精神は酵母入りの「ビスコ」（現在は乳酸菌）や、オーラルケアに適した「PosCa」などへと脈々と受け継がれ、「メンタルバランス®チョコレートGABA」にも宿っています。当時から社会問題と化していた「ストレス」に注目し、おいしいチョコレートで健康を提供することを重視して開発されました。



開発のきっかけは「なぜチョコレートを食べるとほっとするのか」

チョコレートを食べるとなぜほっとするのか、という体感に注目し、カカオに含まれるストレス緩和効果を持つアミノ酸、γ-アミノ酪酸（GABA）にたどり着いたことをきっかけに、GABA成分を多く含有した「メンタルバランス®チョコレートGABA」は誕生しました。商品名でもあるGABAは、「γ-アミノ酪酸」の英語名であるGamma-Amino Butyric Acidの頭文字をつなげたものです。

発売当初、「ストレスと最も闘っているのは誰か？」との発想から、ターゲットは20代～40代のビジネスパーソンと決まりましたが、オフィスでチョコレートを食べるのは少し気が引けるというような意見がありました。そこで、違和感なくオフィスになじみ、机の場所をとらずにおける「デスクトップチョコ」として、缶を使用した商品の発売に至りました。また、商品の中身の設計についても、オフィスでのちょっと一息に、仕事の邪魔をせずチョコレートを食べていただき、効率を高めてもらいたいという思いで口に入れやすい小粒にするとともに、手が汚れにくいコーティングをするなどの工夫をし、この思想は現在でも引き継がれています。

今でこそ健康機能を持ち合わせたチョコレートは市場にたくさん存在しますが、発売当初は健康機能のあるチョコレートは珍しく、オフィスシーンでの喫食を想定して細部までこだわったパッケージや中身設計がヒットに結び付きました。

商品開発の難しさはGABAの「味」にあり

今までになかった商品を世に送り出す上で、開発には様々な苦労がありました。特に苦労したのは「味」の開発だったと言います。GABA成分自体に独特の味があり、その味が前面に出ないようにおいしいチョコレートを作ることが大きな課題でした。たくさんの試行錯誤の上完成した商品は、毎日続けて頂けるよう、納得のおいしさに仕上がっています。

2019年、「睡眠の質を高める」メンタルバランス®チョコレートGABAフォースリープがデビュー

2019年9月、今までの「ストレス」ではなく、「睡眠の質」にアプローチするメンタルバランス®チョコレートGABAフォースリープ<まろやかミルク>を発売しました。続いて2022年2月には<甘さひかえめビター>を発売。3粒(12.5g)あたり、100mgのGABA成分(γ-アミノ酪酸)を含んでいる商品で、GABA成分は、100mgの摂取で眠りの深さ、すっきりとした目覚めといった、睡眠の質を高める機能があることが報告されています。



2019年 発売当時

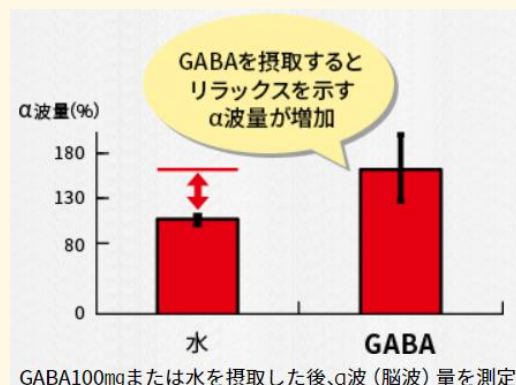
◆GABA成分とは

GABAは英語のGamma-Amino Butyric Acidの頭文字をとった略称で、その正体は、γ(ガンマ)-アミノ酪酸というアミノ酸の一種です。チョコレートやココアの原料カカオをはじめ、トマトや発芽玄米等の野菜・穀物に含まれています。GABA成分(γ-アミノ酪酸)には、仕事や勉強等による、一時的・心理的なストレスの低減機能や、睡眠の質(眠りの深さ、すっきりとした目覚め)の改善に役立つ機能があることが報告されています。

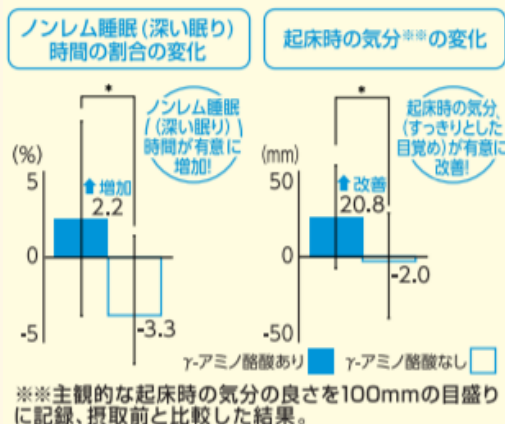
◆一時的・心理的なストレスの低減機能のメカニズム

経口摂取したGABA成分は小腸で吸収されて血中に取り込まれ、末梢の自律神経系においてノルアドレナリン等の興奮系ホルモンの放出を抑制し、副交感神経を亢進する事で、仕事や勉強等による一時的・心理的なストレスを低減すると考えられています。

【出典】 Int.J.Food Sci.Nutr.,60, 106-113,(2009)
J.Jpn.Soc.Nutr.Food Sci.,61, 129-133,(2008)
J.Physiol.Anthropol.,28, 101-107,(2009) BioFactors 26,201-208,(2006)をわかりやすく改変。(研究レビューに採用した論文データの代表例です。)



◆睡眠の質(眠りの深さ、すっきりとした目覚め)の改善に役立つ機能について、GABA成分の実証データ



<試験方法>

睡眠に悩みを持つ健常な男女10名(平均37.7歳)を2群に分け、GABA成分(γ-アミノ酪酸)100mgが入っているカプセルと入っていないカプセルを各々内容を知らせず7日間摂取してもらい、測定を行った。7日間のインターバルを設けた後、摂取するカプセルを入れ替え、再度測定を行った。

【出典】
Food Sci.Biotechnol.25(2):547-551(2016)
(研究レビューに採用した論文データの代表例です。)

メンタルバランス®チョコレートGABAのこだわり

ストレスなくおいしく食べていただけるよう、GABAチョコレートには細部までのこだわりがいくつもあります。

◆GABA<ミルク><ビター>



手が汚れにくいコーティングを施したボールチョコレート。
オンタイムでもさっと食べられる大きすぎない形状に仕上げています。



パッケージは、違和感なくオフィスになじみ、机の場所をとらずにおけるという発売当初からのこだわりを継承し、現在はスタンドパウチを採用しています。また、パウチタイプで何度でも開け閉めができるため、いつでもどこでも手軽に食べられるとお客様に好評です。

◆GABAフォースリープ<まるやかミルク>



オフタイムのリラックスにぴったりなまるやかなミルク味。
角のまるい部分を多くし、コーティング等を行わずに、じっくりと味わっていただけるよう、形状にもこだわっています。

寝る前にはっとひと息、「ナイトチョコレート」とは？

◆ナイトチョコレートとは？

ナイトチョコレートとは言葉の通り、より良質な睡眠をとるため、寝る前にチョコレートを食べる習慣のことを指します。欧米では既に存在するこの習慣、コロナ禍でうち時間が増え、改めて睡眠に注目が集まる中、日本でも広まりそうな予感です。



◆ナイトチョコレートの起源

枕元のナイトチョコレートがホテルで見られるようになったのは、1950年代初頭のアメリカで、有名なハリウッドスターがチョコレートで女性をエスコートした、というロマンチックなエピソードから始まりました。1960年代になると、イギリスではディナーの後にチョコレートをたしなむことが優雅な暮らしのシンボルになったようです。その後、チョコレートのリラックス効果にも注目が集まり、ナイトチョコレートはロマンチックで良質な眠りを提供するベッドメイキングのアメニティとして広まりました。現在では世界各地の高級ホテルのみならず、日本国内の由緒あるホテルでもナイトチョコレートが枕元に置かれ、親しまれています。今、ナイトチョコレートは良質な眠りをもたらしてくれる夜のお供として注目されています。

機能性表示食品 届出内容

メンタルバランス®チョコレートGABA<ミルク>、<ビター>

届出番号：F719、F720

届出表示：

本品にはγ-アミノ酪酸が含まれます。γ-アミノ酪酸には、仕事や勉強等による、一時的・心理的なストレスの低減機能があることが報告されています。



メンタルバランス®チョコレートGABAフォースリープ<まるやかミルク>、<甘さひかえめビター>

届出番号：D469、F756

届出表示：

本品にはγ-アミノ酪酸が含まれます。γ-アミノ酪酸には、睡眠の質(眠りの深さ、すっきりとした目覚め)の改善に役立つ機能があることが報告されています。



- ・本品は、事業者の責任において特定の保健の目的が期待できる旨を表示するものとして、消費者庁長官に届出されたものです。ただし、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。
- ・本品は、疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。
- ・食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

■「メンタルバランスチョコレートGABA」ブランドサイト：<https://cp.glico.com/gaba/>

■「メンタルバランスチョコレートGABA」公式X：https://x.com/GABA_JPN