

Issue01

自分を満たす状態  
「フル」をつくろう。

不安社会

サバイバルガイド

SURVIVAL Guide  
FOR ANXIETY ERA

{シービーディー}

CBD



# “What will the 2020s bring?”



2020年代が幕開けしました。  
これからの10年は私たちにとってどんな時代になるでしょうか。

VISIONGRAPH Inc / 未来予報株式会社は、今後10年間の一つの未来予報として「(家族と恋人と友達といても)ひとりで生きる\*」という時代が来るだろうと提示しています。

他者との緩い繋がりを大事にしながらも、ひとりで生きる自立した心が、なぜ必要なのか？  
それはこの“不安社会”を生きていくためです。  
少子高齢化、気候変動、不景気、経済格差、そして2019年末から多大なる影響をもたらしているCOVID-19…。  
ネガティブな気持ちを起こさせるこれらのワードを最近毎日耳にしますね。しかし、“不安社会”を作り出す原因は、ネガティブなネーミングの付いたわかりやすいものだけではありません。

皆が憧れる幸せの“理想像”、人生の“夢や目標”、“成功”に導くスキル…。これら幸せ(とされる)ゴールは、自分ではなく誰か知らない他人が考えたものではないでしょうか？一見、人生を豊かにする前向きな目標に聞こえますが、その幸せ像に到達しないと幸せにはなれないという、強迫観念にもなり得ます。

例えば、盛られた他人のSNS投稿を見て、理想の夫婦像・家族像・キャリア像だと思い込み、いつまでもそれに達成していない自分に不安と苛立ちを感じてしまう。

結局、未知のもの、よくわからないもの、コントロールできないものは、人間に不安と恐怖心を与え、思考停止にまで追い込む力があります。適度な不安・恐怖は生きる上で必要ですが、過度な不安は社会を破壊する可能性があります。

これら様々な原因が混ざって、よくわからないけど何となく不安だと感じてしまうのが“漠然とした不安”です。不安社会で一番厄介なものです。原因が特定できなければ、その不安と上手く付き合っていくことすらできません。

「不安社会サバイバルガイド・シリーズ」では、この“漠然とした不安感”と上手く付き合ったり、解消できるかもしれない、新しい方法や商品・サービスなどを特集していきます。不安社会でひとりで生きるために、どんなものが必要か、皆さんにも一緒に考えてもらえればと思います。

記念すべき第一弾は、世界が注目するCannabisにまつわるビジネスを扱います。日本ではまだまだ抵抗感のある分野ではありますが、これからの社会で重要な役割を担うことになり得るであろうCannabisについての未来予報をお届けします。

エキサイティングなことで「ハイ」になって不安を紛らわすのではなく、何もかも忘れて「チル」になるのではなく、自分自身が満たされる「フル」な状態を作っていく未来。そんなヒントが詰まったCBDの可能性に想像を広げてもらえたら嬉しいです。

## これからの2020年予報について



「(家族と恋人と友達といても)ひとりで生きる」  
人は一人で生まれてきて、一人で死んでいくのでしょうか？  
東京都政策企画局が発表した「東京都の人口推計」によると、2025年に人口は頭打ちになるものの、今後10年間は単独世帯が増え続け、2030年に世帯数がピークを迎えます。  
一人がマジョリティになる時代、小さな家、一人分の食事、物を持たざる暮らしなど“ひとり”に最適化されたサービスやプロダクトが次々出現し、心地良い生活をおくる事が出来ています。誰もがひとりになる可能性に怯えています。そもそも、家族がいても、恋人がいても、友達がいても、一人の自立した存在と自覚して生きる方が、これからの時代は幸せになるのではないか？という未来予報です。  
ぜひお読みください。

ダウンロードは **2020年 未来予報** で検索! <https://miraiyoho.com/blog/2020-forecast>

# 2030.9.28 ± OPEN

ようこそ、CBD ライフスタイルショップへ

2030年、皆さんのウェルネス意識は大きく変わりました。

なるべく病気にかかりたくない / 体の不調よりも心の不調が恐怖と  
感じるなど... 様々な不安が募り、心身ともに悪くなる前に“予防”  
の意識が徹底されています。

そのため、イライラを紛らわす喫煙・アルコールはナンセンス、気分  
転換のためのガムやエナジードリンクは不健康、睡眠導入剤や痛み  
止めなどの薬はなるべく飲みたくないといった人々の気持ちが大き  
くなって、大麻由来の成分CBDは一気に定着しました。

最初は「大麻」という悪いイメージがありましたが、危険性・依存  
性もなく、合法であること、さらにCBDの医療現場活用法、CBD  
配合美容・健康商品のブームがあり、懸念は徐々に少なくなりました。

ここは、日本で初めてのCBDライフスタイル施設「Re:Lax」。  
働き盛りの30代だけでなく子ども連れから高齢者、さらにはペッ  
トまで、それぞれにあったウェルネスライフを提案します。

こころとからだ、嘘のないリラックスを誰もが選択できる時代へ。

## あなたに、大切な方にぴったりのCBDが見つかる複合施設



スペシャリストがデータにもとづいて  
最適な摂取方法をカウンセリング



日本最大級のコスメ&ビューティエリア



ファッショングッズからペット用まで



ペット・飲食可のリラックスエリア



気軽に入れるCafe & Barスペース



エステ&マッサージスペースも完備



人気のCBDバスボムを足湯で体験

CBD LIFESTYLE  
COMPLEX

Re:Lax

### 2020年現在、「CBD」を知るべき理由

2030年{あるかもしれない}リラックスライフはいかがですか？

植物由来で身体に安全な大麻由来の成分、CBD。実はこのCBD、2020年時点で  
日本でも合法の商品もあるため、ジワジワと知られてきています。特に、医療分野で  
の活用を期待する声が多く上がってきています。

しかし、それだけではありません。  
ココナッツオイルのように飲食物に混ぜたり、化粧品に配合したりアロマやハーブのよ  
うにバスボムにしたり...と、楽しみ方は様々です。

今CBDをはじめとした大麻(カンナビス)について知ることは、  
これからの不安社会を生きる術のひとつになると考えます。  
今回の特集では、大麻やCBDの効果や人体への影響、法律など様々な疑問に答  
えながら、現在日本や海外で発売されているCBD商品を紹介することで、皆さんの  
先入観をとりはらっていきます。

また、この分野には様々な議論と試行錯誤が必要です。  
ビジネス分野として伸びている海外の大麻ビジネス(カンナビビジネス)の状況と、  
CBDの国内市場について分析することで、国内でも新しいビジネスのエコシステム  
が作られていきかけになれば幸いです。それでは、お楽しみください！

本冊子は、CBDについての正しい理解を深め、国内での議論を加速させることを目的としております。  
医療用 / 嗜好用大麻の利用を推奨する趣旨、ならびに大麻取締法などの改正を求めるものではありません。  
あらかじめご了承ください。

# What's Cannabis?

カンナビスとは、いわゆる「大麻」のこと。カンナビスにはいくつか種類があり、一般的に幻覚などの向精神作用を持つ成分 THC を多く含むものはマリファナ、THC の含有量が少ないものはヘンプと呼ばれています。マリファナは麻薬としてのイメージが強いですが、産業用ヘンプは麻製品の原料として世界では広く栽培されています。

今アメリカではカンナビスを取り巻く環境や意識が変わり、大麻産業は一大ビジネスに成長しています。毎年アメリカで行われている世界的なビジネスイベント SXSW (サウス・バイ・サウスウエスト) では、3年ほど前からカンナビスに関するセッションが目立つようになり、2019年からは「Cannabusiness」というトラック (= カテゴリ) が設置されました。

## 古くから親しまれていたカンナビス

人類の長い歴史の中で、古くからカンナビスは医薬や嗜好品として利用されてきたことが記述として残っています。鎮痛・鎮静・睡眠・食欲増進等の作用があるとされてきましたが、近年の研究で科学的にその有効性が証明されてきました。

既に海外では、慢性痛の緩和やエイズ患者の食欲増進、抗がん治療に伴う吐き気の緩和等の目的で、医療用大麻が処方されている国があります。

## 世界的に広がるカンナビスの見直し

世界的に見ても大麻合法化に向けた流れは加速しており、カナダや南米、ヨーロッパの一部の国ではマリファナを含む大麻全般の使用は、嗜好用・医療用両方で合法または非犯罪化されています。

アメリカは州により政策が異なり、嗜好用大麻を合法とする州、医療用大麻のみ合法とする州、両方とも違法とする州など様々です。大麻政策は次の大統領選挙の最大の争点の一つとなっており、選挙の結果次第では2021年からアメリカ全土で一気に合法化される可能性があります。

## 日本でも日常的に使われる麻製品

日本では大麻取締法により、大麻の栽培や所持が法律で禁止されています。ただし、大麻の茎は衣服や神社のしめ縄の材料になり、大麻の種子は麻の実として食用されており、生活に身近な植物の一つでもあります。

これらの理由から、大麻取締法でも茎と種子は規制対象から除外されています。大麻の研究によりその有用性が科学的に証明されてきていますので、正しい知識が広まれば、日本でも大麻に対するイメージが改善されるかもしれません。

# What's CBD?

## 神経伝達作用をもたらす天然化学物質

大麻には、100種類以上の麻特有の天然化学物質が含まれており、これらは総称して「カンナビノイド」と呼ばれます。カンナビノイドは人体に元々備わっている神経伝達作用「エンドカンナビノイドシステム」を活性化し、様々な作用をもたらす事が近年の研究で判明してきました。カンナビノイドの中でも特に含有量が多い2大成分がTHCとCBDです。

THCはテトラヒドロカンナビノールの略称で、マリファナに多く含まれ、向精神作用があります。THCを摂取すると、陶酔や酩酊状態になることがあり、人によっては多幸感や清々しい気分を感じることもあります。大麻を吸引してハイになるのはこの成分が原因で、麻薬成分として日本では厳しく取り締まられています。

一方、CBDとはカンナビジオールの略称で、THCと同じく大麻成分の一種ですが精神作用は無い事が確認されています。CBDは体内の神経伝達物質に作用し、身体のバランスを整えることで、鎮痛や安眠などの健康作用をもたらします。

## WHOでも認められたCBDの安全性

CBDはWHOの調査でもその安全性が認められており、人体の調整機能に作用するその特性から、医療面でも様々な病気の症状を和らげる可能性があると考えられています。

CBD製品は抽出されたCBDと植物油等を混ぜたCBDオイルが最も一般的ですが、CBDオイルは色々な商品への応用が可能なため、化粧品、ドリンク、チョコレート等が開発され、米国では既に街中のスーパーやCBD専門店でも様々なCBD商品を見かける事ができます。目的別にCBD製品をうまく生活に取り入れる事で、心と身体のバランスを整え、日々のストレスに負けない身体を作ることができるのです。

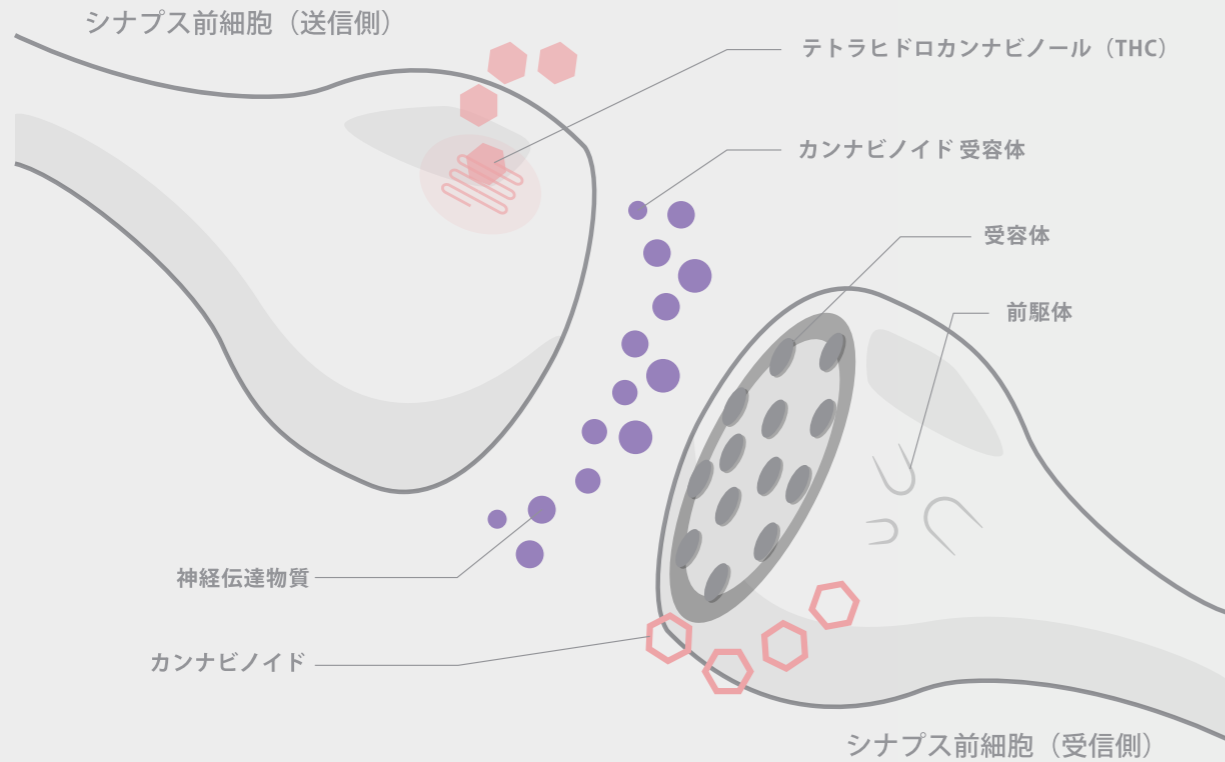
## 日本でも注目されだしたCBD製品

カンナビノイドの研究と、大麻草からCBDを抽出する技術の発展により、THCを除いた安全な大麻成分のみを取り出す事が可能になりました。

CBDは大麻草の茎にも一定量が含まれているため、茎から抽出したCBDであれば日本国内の所持・使用も違法にはなりません。日本でも海外から輸入したCBDオイルを使った商品を取り扱う会社が増え始めており、ネットショッピングでは簡単に購入する事ができます。現代病と呼ばれる不眠症やうつ病患者の増加が問題となっている高ストレス社会日本では、CBDが救世主になるかもしれないと注目されているのです。

参考文献：  
アイリーン・コネツニー、ローレン・ウィルソン  
「CBDのすべて：健康とウェルビーイングのための医療大麻ガイド」  
佐久間裕美子「真面目にマリファナの話しよう」

## カンナビノイドが人体にもたらす働き



## CBD の摂取方法

抽出された CBD は目的別に様々な商品への応用が可能で、それぞれの生活スタイルに合わせて摂取できます。代表的な摂取方法をご紹介します。



### 経口摂取 (オイル)

抽出された CBD と食用オイルを混ぜたもの。最も効果的と言われる摂取方法は、CBD オイルの経口摂取です。経口摂取で舌下に CBD オイルを数滴垂らし、60 秒待ってから飲み込みます。



### 吸引 (ヴェポライザー)

電子タバコのような機械を使い、CBD リキッドを蒸気として吸い込みます。様々なフレーバー付きの CBD カートリッジが販売されています。



### 飲料

コーヒーや紅茶などに CBD オイルを入れて飲む事で摂取します。CBD オイルそのままだと苦みがあるため、独特の風味を抑えて摂取できます。



### 食品

あらかじめ CBD が配合されたグミやチョコレート等を食べる事で摂取します。CBD 入りのドリンク等も販売されており、商品により CBD の配合量は様々です。



### カプセル

CBD を飲みやすくカプセル状にしたもの。医薬品ではなく、ビタミン等その他のサプリメントと一緒に摂取できます。



### 経皮摂取 (クリームなど)

CBD 入りのローションやクリームを肌に塗ることで、皮膚を通して摂取できます。特に痛みを感じる患部に塗ることで、症状を緩和する効果があります。

## 人間の身体に備わる調整システム エンド・カンナビノイド・システム

私たちはなぜ体調を崩したり、病気になったりするのでしょうか？

人間の身体の中では、神経伝達物質の働きにより感覚、食欲、睡眠等の基本的な生態系機能の恒常性 (バランス) を保っています。人間が生活していく中で、生活環境の悪化やストレス等の外的な要因により、このバランスが崩れると、心身の健康を崩してしまいます。

この調整機能は「エンドカンナビノイドシステム」と呼ばれており、その名前からもわかるように、大麻草のカンナビノイドの研究の中で発見されました。大麻の向精神効果や鎮痛・鎮静効果は古くから経験則としてありましたが、科学技術の発展と共にその仕組みが解明されていく中で、1990 年代になりやっと、カンナビノイドと人体の神経伝達システムに共通点があることがわかってきたのです。

## 内因性カンナビノイドと受容体

人体には元々、内因性カンナビノイドと呼ばれる物質を分泌し、神経や免疫のバランスを調整する機能が備わっています。しかし、ストレスや老化により、この内因性カンナビノイドがうまく分泌されない状態 (欠乏症) になると、心身のバランスが崩れ、体調不良に陥ってしまうのです。

内因性カンナビノイドと同様の働きをする成分を外部から摂取できれば、この不足を補う事ができます。

そこで注目されているのが、大麻草のカンナビノイドです。大麻草には 100 を超えるカンナビノイドが含まれており、それらが人間の体内のカンナビノイド受容体と結びつく事で、様々な反応をもたらします。カンナビノイド受容体には主に 2 つのタイプがあり、CB1 は主に神経系に、CB2 は主に免疫系に作用します。

CBD に代表されるカンナビノイドは、身体の中でこれらのカンナビノイド受容体に作用し、鎮痛・沈静・リラックス等の様々な効果をもたらします。カンナビノイドは、人間の体内に元々存在している健康維持のシステムと非常に相性が良いのです。

## どのように大麻草から抽出されるのか？

大麻草の種類により、含まれるカンナビノイドの種類や量が異なります。産業用ヘンプと呼ばれるタイプの大麻草には、THC はほとんど含まれておらず、CBD が主なカンナビノイド成分となります。逆にマリファナと呼ばれるタイプの大麻草は、THC の割合が高いため、嗜好品として大麻を使用する場合はこちらが使用されます。

CBD 製品の原料として使われるのは、産業用ヘンプがほとんどです。カンナビノイドは大麻草の花、葉、茎に含まれており、超臨界抽出技術を使って抽出さ

れます。抽出の仕方により CBD にはいくつか種類がありますので、CBD 製品を探す際には、抽出方法や成分表を確認し、自身の用途や目的に合ったものを選びましょう。

## CBD の種類

### ・フルスペクトラム

ヘンプに含まれるカンナビノイド成分やビタミン・ミネラル等を全て含む抽出方法。ヘンプの健康作用を最大限に取り入れるには、カンナビノイドだけではなく、その他の成分も併せて摂取するのが望ましいと言われており、フルスペクトラムの CBD オイルが最も人気が高い。

### ・ブロードスペクトラム

フルスペクトラムから THC のみを取り除く抽出方法。ヘンプにも 0.3% 未満のごく少量の THC が含まれている事から、完全に THC のみを取り除いて向精神作用が出ないように加工されている。

### ・CBD アイソレート

フルスペクトラムから CBD 以外の全ての成分を取り除き、CBD のみを抽出する方法。製品に CBD のみを配合したい場合はこちらを使用する。



抽出された CBD オイルは様々な商品に加工・販売される



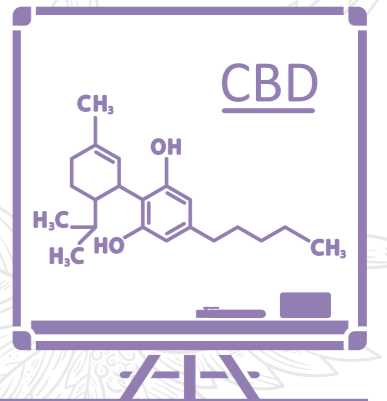
VAPE (電子タバコ) 型は米国では特に男性に人気

# いま、知っておくべき CBDの8つの疑問

カンナビジオール？テトラヒドロカンナビノール？  
エドカンナビノイドシステム？  
耳慣れない横文字が多くて覚えられません。  
何より大麻って聞くとなんだかヤバそうな気がする…。

結局のところ、大麻由来の CBD って安全なの？  
そもそも日本では大麻って違法だし、法律で禁止されて  
るのでは？  
消費者目線で気になる疑問点8つを解説します。

偏見にとらわれることなく、  
CBDに関する正しい知識をもてば  
あなたも試してみたいくなる？



## 1 日本では違法 / 合法？



日本でも合法です  
※茎と種子から抽出された THC  
(覚醒成分) フリーのものに限る

日本の大麻取締法では「大麻草の成熟した茎と種子及びその製品」が規制対象から除外されており、CBD 製品についても茎と種子から抽出された物は違法ではありません。これは、幻覚作用等を引き起こす THC 成分が大麻草の花や葉に多く含まれているのに対し、成熟した茎や種子にはほとんど含まれていないためです。

日本では昔から、大麻草の茎は衣服や工芸品の素材として用いられ、種子は麻の実として食用されてきたため、規制対象から外されています。

## 2 どんな効果があるの？

リラックス 鎮痛効果  
ストレス緩和 不眠解消

CBD の健康作用については多数の研究結果が発表されており、心身をリラックスさせる、不安や心配を取り除く、ストレス・不眠（睡眠障害）の解消、慢性痛の緩和、鬱（うつ）防止などの効果があるとされています。

CBD は、人体に元々備わっている身体調節機能（エンドカンナビノイドシステム）を活性化し、心身のバランスを保つ事が研究により明らかになってきています。身体の調節機能そのものに働きかけるため、更なる効能が期待されています。

## 5 グリーンラッシュとは？



大麻ビジネスへの期待  
ゴールドラッシュになぞらえて、  
そのように呼ばれています

近年のカナダや米国各州での大麻合法化に向かう流れと、大麻関連ビジネスのスタートアップが多く、投資を集めている現状から、大麻ビジネスは今後大きく成長すると期待されています。

米国の次の大統領選では、大麻合法化が重要な争点の一つとされています。

日本での大麻合法化にはまだまだ否定的な意見が多いですが、現状でも合法的な CBD 製品は徐々に市場に出てきており、これから更に認知が上がっていくものと予想されます。

## 6 医療でも使われているの？



国内でも治験申請が開始  
国内の病院や学会が、CBD を含む医薬品の治験利用を申請しています。

大麻成分は医療現場でもその効能が実証されています。

CBD を含む医薬品「エピディオレックス」は 2018 年に米国の FDA で承認され、日本でも治験利用が始まっています。これは「てんかん」という病気の発作症状を抑える治療薬で、これまで他の薬では改善が見られなかった患者にも効果が出ている事から、この他にも CBD が様々な病気の症状改善に役立つ可能性があり、研究が進められています。

## 3 誰が利用しているの？



セレクトから火がつき、  
老若男女からペットまで

CBD 先進国のアメリカでは、セレクトショップや化粧品店、ヴィーガン専門店から広まり、健康志向で美容に関心の高いセレクト女性の間で人気となりました。

次第に一般にも認知が広まり、現在では高級スーパーマーケットや CBD 専門店でも多様な CBD 商品が販売され、老若男女問わずに使用されています。

また、人間だけでなくペット用の CBD 商品もあり、ペットの健康のために CBD を与える飼い主もいます。

## 4 どう利用しているの？



オイル



食品  
飲料



電子  
タバコ

CBD の代表的な摂取方法は、  
①CBD オイルを直接服用する方法、  
②CBD を配合した食品・飲料から摂取する方法、  
③電子タバコで蒸気を吸う方法  
の3つが挙げられます。

口から体内に摂取する以外にも、CBD オイルを配合したマッサージオイルや化粧品があり、目的に合わせた使用ができます。

例えば、不眠の解消には寝る前にオイルを一滴服用する、筋肉痛の緩和には CBD 配合のクリームで患部をマッサージする等が効果的です。

## 7 副作用や依存症はあるの？



副作用・依存性はありません  
2018年にWHOから認定されました

大麻＝麻薬というイメージは、大麻成分の一種である THC の向精神作用によるものであり、CBD には向精神作用は一切無いことが研究により証明されています。更に 2018 年には WHO が CBD に関するレポートを発表し、副作用や依存症がない事と、多くの病気の治療薬となる可能性がある事に言及しています。

日本国内で流通している合法的 CBD 商品は、THC のほとんど含まれていない大麻草の茎と種子を原料にしており、副作用や依存性の無い安全な商品です。

## 8 価格はどのくらい？



さまざまですが、一般的なものと  
1日あたり250円程度から

CBD 製品の価格は含有する CBD 量によって大きく変わります。代表的な CBD オイルを挙げると、30ml (CBD 300mg 配合) の物が約 1 万円程度、約 40 回の使用が可能ですので、毎晩寝る前に 1 滴服用するとすれば 1 日あたり約 250 円です。

米国ではこの 6 割程度の価格で販売されていますので、日本でも CBD が一般的になれば、価格は下がってくると予想されます。

この価格で日々のストレスから解放されるとすれば、タバコやアルコールと比べて、健康的かつ経済的な代替品になり得ると期待されています。



## 日本でも発売される CBD 製品

CBD の主な効果は、身体調節機能の活性化による心身のリラックスです。CBD 自体は医薬品ではないため、日々の生活の中で気軽に取り入れる事ができるよう、様々な商品に応用されています。日本でも手に入る CBD 商品の活用方法をいくつかご紹介します。

最も一般的な CBD 商品は、抽出された CBD を食用オイルに溶かした CBD オイルです。例えば自宅での就寝前、CBD オイルをハーブティーに溶かして摂取すれば、リラックスした状態で眠りに入る事ができます。睡眠の休息効果を高める事ができるため、特に忙しくて十分な睡眠時間が取れない方に最適です。医薬品に頼らずに、CBD を使って疲れをコントロールする事ができるようになります。良質な睡眠では寝つきが良く、寝起きもすっきりと起きられると言われています。CBD は天然成分ですので副作用がなく、不眠症の方にとっては睡眠薬よりもずっと健康的な対処法になります。

また、CBD は化粧品との相性が良いとされています。CBD 配合のクリームやローションは、リラックス効果だけでなく、身体機能のバランスを整える効果により、ニキビやアレルギーによる肌荒れ予防にも効果的とされています。

美容に関心の高い女性向けには、CBD オイルを使った施術を受けられるエステサロンが人気です。CBD オイルは服用して摂取する事もでき、ローションを使ったマッサージによる皮膚からの摂取と相乗効果があるとされています。CBD 配合のフェイスマスクを使えば、自宅でも気軽にケアをすることができます。

より手軽な摂取方法として、CBD 配合のグミやチョコレートが販売されています。ストレスを感じる事が多い仕事中に、オフィスや外出先でも手軽に食べる事ができます。例えば、重要なプレゼン前に気持ちを落ち着かせるために摂取したり、理不尽なクレーム対応でイライラした時にリフレッシュしたい場合など、ビジネスで活用できる場面はたくさんあります。CBD はお酒やタバコに比べて、場所を選らばず手軽に摂取でき、依存性や健康被害も無いため、次世代のストレス解消方法になり得るでしょう。

その他にも、CBD 入りの香水やリップクリーム等、日々の生活で自然に取り入れる事ができるよう工夫された商品が販売されています。それぞれの目的に合った商品から、CBD 生活を始めることができます。

## 日本のメディアでも取り上げられている CBD 商品

数年前から日本の雑誌やウェブメディアでも CBD 商品の特集が掲載されるようになり、感度の高い人々の間で話題になっています。メディア掲載の傾向としては、若者向けというよりも、社会経験が豊富で、知識的にも金銭的にも余裕を持った大人向けに CBD が紹介されているようです。特に女性向けファッション誌では、スキンケア特集で CBD 配合の化粧品が頻りに紹介されており、美容業界から注目を集めている事が伺えます。

最近では女性向けだけでなく、30代~40代の男性向けファッション誌での特集も多く見られるようになってきました。これは、ストレス社会で仕事をするビジネスマンにとって、CBD を利用するメリットが非常に大きい為だと思われます。これらの雑誌では、CBD の効能を正しく理解し、うまく生活に取り入れる事ができるスマートなおトナ像が提案されています。

ファッション誌の他には、CBD のリラックス効果と相性の良いウェルネス系専門誌でも度々取り上げられています。例えば、ヨガやピラティス等のスポーツと、CBD のリラックス効果が非常に相性が良い事が紹介されており、これから更に人気が出てくるものと予想されます。

メディア掲載での共通点として、CBD は大麻由来の成分ですが、あくまでも健康的でクリーンなイメージが大事にされています。大麻=麻薬という悪い印象を払拭すべく、科学的な研究に裏付けされた安全な大麻由来成分という事を強調し、イメージを改善する努力がされています。日本でも CBD 関連商品がここ数年急激に増えていますので、これから更にメディアへの掲載が増え、CBD の認知と正しい理解が一般的にも広まると期待されています。



### 原宿の路地裏に現れた CBD ショップ

オシャレな洋服屋が並ぶ原宿の裏通りを歩いていると、CBDと書かれた看板を見つけました。HealthyTOKYO 原宿店は、厳選された CBD 製品を購入することができ、CBD 入りのドリンクやケーキも楽しめるショップ & カフェです。ちょうど取材の時にもテイクアウトで珈琲を買いにきたお客さんがいらっしゃいました。年齢や性別は関係なく、様々な人が来店されるそうです。

羽田空港にも店舗がある HealthyTOKYO は、2011 年から外国人向けに健康関連商品の販売を手がけており、2016 年から CBD の事業を開始。自社製品の CBD の品質はもちろんのこと、天然の MCT オイル、ゆずやミントといった心地の良いフレーバー、そして美しい商品パッケージ... こだわり抜いたクオリティの高さが評判で、メディアからの取材も多く受けています。

「法律を守り、高いクオリティの商品を提供します。日本の CBD リーディングカンパニーとして良い商品を作り、時間をかけて日本に住んでいる方の健康に貢献していきたいです。」と、創業者のマイケルさんは話しています。



### ビーガンフードや CBD スイーツも

ここでは CBD 製品を買うだけでなく、カフェで飲食することもできます。こだわりの米粉と手作りソースを使ったラザニアは、ビーガンではない私も美味しくいただくことができました。ガトーショコラやチーズケーキ等のスイーツには、CBD オイルをかけて提供します。こだわりの抹茶や珈琲を使用したドリンクには、CBD オイルを垂らして飲むこともできます。屋外のテラスでまったりしたり、テイクアウトして散歩するのもいいでしょう。お土産には CBD クッキーやブラウニーもオススメです。

日本でも徐々に注目を浴びてきた CBD。一過性の流行に終わるのではなく、30 年~40 年続く健康的なライフスタイルとして定着する事が期待されます。そのためには、品質が良く安心して摂取ができる CBD 製品を開発するだけでなく、洗練されたブランドイメージと、その効果を気軽に体験できる機会を提供する事が非常に重要となるでしょう。

HealthyTOKYO 原宿店はその先駆けとして、CBD を取り入れた新たなライフスタイルを提案しています。

### HealthyTOKYO (原宿店)

CBD 配合のオイル、グミ、コスメなど様々な輸入品や国内生産の自社商品の販売を行う。ネットショップの他に、CBD 入りのヴィーガンスイーツやオーガニックドリンクを提供するカフェを運営。原宿店と羽田空港店の 2 店舗を展開している。

東京都渋谷区神宮前 3-27-14  
<https://healthytokyo.com/>



## 日本で購入できる様々な CBD ブランド



### エリクシノール

米国コロラド州の CBD メーカー ELIXINOL の日本法人。自社製の CBD オイル、カプセル、カカオバーなどを取り扱う。オンラインショップ以外にも、新宿伊勢丹や新宿ミロードなどでも販売されており、雑誌にも頻りに掲載されている。  
 東京都渋谷区神宮前 2-31-7 ビラグロリア 401 TEL: 0120-870-420  
<https://elixinol.co.jp/>



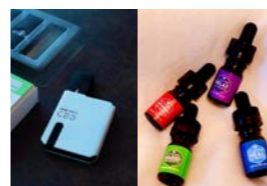
### mellow

最高の休息を追求するウェルネスブランド。日本初の CBD 炭酸飲料と CBD サプリメントを国内にて開発・販売。同時に「メロウ」な音楽配信やオンラインイベントを開催して、ストレス社会と距離を置き、自分の時間を取り戻す喜びを提供する。  
 東京都世田谷区深沢 3-27-10 TEL: 080-1049-6711  
<https://mellow-cbd.jp/>



### ataracia

自社開発の国産 CBD オイルやキャンディを製造・販売する国産 CBD ブランド。海外から安全な CBD 原料を輸入し、国内の工場で最終加工を行う。自社ブランド展開だけでなく、OEM にも幅広く対応。  
 兵庫県神戸市中央区 中山手通 1-23-16 TEL: 078-222-2249  
<https://ataracia.com/>



### ONE-INCH CBD

CBD とカフェインを用いた特許出願中の VAPE リキッドの製造・販売を行う国産メーカー。Forbes 25 Best CBD Oil Brands に選ばれたアメリカのテネシー州の Kar's Naturals 社と独占契約し CBD 原料と CBD オイルの販売も行う。日本初の CBD 製品クラウドファンディングで多くの支援を集め、都の助成金事業にも採択されるスタートアップ企業。  
 東京都杉並区久我山 3-5-34 TEL: 050-7115-0604 <https://oneinch.co.jp/>



# 海外の人気製品

## さまざまな形で浸透する CBD



MedMen

米国内に 30 店舗を構える大手の大麻ディスペンサリー。大麻のイメージアップのためにブランディング・広告に力を入れていて、スパイク・ジョーンズ監督による CM など制作している。



Recess

CBD を配合したスパークリングウォーター。3 種の異なるフレーバーが発売されている。CBD 以外にもテアニンなどアダプトゲンと呼ばれる身体のバランスを整える天然由来の成分が配合されており、飲むことで気持ちを落ち着かせ、頭を切り替える効果がある。

### ディスペンサリーについて

ディスペンサリー（大麻ディスペンサリー / Cannabis Dispensary）は各州のライセンスを得て、その CBD 製品はもちろんのこと、大麻そのものや THC 成分を含む関連製品を販売しています。アメリカでは 33 の州で医療用大麻が合法、嗜好用大麻はカリフォルニア州、コロラド州、イリノイ州、オレゴン州、ワシントン州など 11 の州で合法となっています（※2020 年 3 月時点）。

例えばカリフォルニア州では 3 つのライセンシング当局があり、10,000 以上の商業大麻ライセンスをすでに発行しています。主には、栽培と製造に関するライセンスと、その他のライセンス（小売、流通、試験所、一時的なイベント）の発行を行っており、ディスペンサリーなどの販売に関しては後者の the Bureau of Cannabis Control（大麻規制局）の管轄です。2018 年 12 月に、産業用大麻の大規模栽培を認める条項が盛り込まれた改正農業法が成立してから、ディスペンサリーも雰囲気が変わり、ライセンス制となったために違法ショップなどは淘汰されているようです。

MedMen は米国内に 30 店舗以上を構える大手ディスペンサリーです。他にも、ウエストハリウッドの The Artist Tree やラスベガスの大規模店舗 planet13 など、様々なディスペンサリーが存在します。

CBD 製品はディスペンサリーだけでなく、スーパーでも普通に販売されています。ティンクチャー（チンキ）だけでなくクリーム、スプレー、ローション剤など様々な CBD 製品を手にする事ができます。

### 一番人気はエディブル、食べる飲む CBD

主流なものはオイルそのままの形態で売られている CBD オイル、またはアルコールなどを使って抽出された濃縮エキスであるティンクチャー（チンキ）です。どちらも小瓶からスポイトで適量を吸い出し、口や舌下に垂らして摂取します。

これらオイルはそのまま食品に使用する事が可能なので、CBD オイル入りのコーヒー、クッキー、ハンバーガーなどを提供する店が一時的に増えましたが、現段階では食品医薬局（FDA）が食品への添加は認めない方針としており、NY 市では 2019 年 7 月から CBD が含まれる飲食物の提供や販売を禁止しました。CBD に関しては未知の部分も多く研究段階でもあり、健康的な効果と“食品”としての安全性の保証については、まだまだこれからと言えるでしょう。

しかし、手軽に摂取できる方法として CBD 入りチョコレートやグミ、スパークリングウォーターの人気は高く、種類によって、集中およびリラックス効果や深い睡眠、慢性的な痛みの緩和など、個人の感想として、その健康効果を実感している人が多いようです。

### CBD の効果でキレイになる？美容製品

CBD は経口だけでなく、クリームなどを肌に塗る事で、皮膚を通じて体内に吸収され効果を得ることもできます。美容において期待される主な効果としては、抗炎症作用によるニキビや吹き出物の原因となる炎症を抑える効果、抗酸化作用による体内の老化を防ぐアンチエイジング効果です（※現時点では CBD の有効性を断言するまでには十分なエビデンスが揃っていません）。

特に CBD スキンケア製品は、自然栽培のナチュラルコスメである事、製造過程がサステナブルである事、クルーエルティーフリー（動物由来成分なし、動物実験を行っていない）である事、などと一緒にその製造過程もブランドとしてアピールするポイントになっています。

ヘンプ由来の CBD スキンケア製品その他を展開している「Lord Jones™」は、サプリメントやグミだけでなく、オイル、乳液クリーム、ボディローション、バスソルトなどを小売店、自社 EC で販売しています。若い世代に人気の「MILK Makeup」は KUSH ラインとして KUSH マスカラやリップなどを販売しています。また、CBD 製品 / THC 製品どちらも扱う「KUSH QUEEN」の CBD 入りバスボムも人気です。アロマやキャンドルなどと一緒にバスタイムに使うとさらにリラックス効果が得られます。

### 様々な製品で盛り上がる CBD 市場

他にも CBD オイルを使った製品は多岐にわたっています。スポーツとの相性がいいと言われており、一部アスリートの間でも注目され始めています。CBD オイルによる抗炎症作用や筋肉痛などの痛みの軽減など、局所的に塗ったところに効果があります。体に塗るタイプのバーム、ローション、スティックは実際に Pain-Relief（疼痛緩和）との表記がよく売られています。世界アンチ・ドーピング協会では、CBD のみ禁止薬物のリストから除外しており（大麻および THC は禁止）、スポーツ選出の痛みを軽減する役割でいうと、一般的に非ステロイド性抗炎症薬のような痛み止めの乱用を防ぐ事が期待されています。

また CBD の効果を生かしたプレジャー商品もあります。FORIA™社の「Awaken Arousal Oil」は女性の膣口に使用する事で、性交時の痛みを軽減するものとして人気を高めています。同製品は天然由来の成分のみを使用し、CBD 効果により、心身のリラックス効果で肉体的な緊張感や不快感を軽減して、より一層その時間を楽しめることを狙いにしています。

その他、「ACABADA」は CBD オイルを織り込んだ繊維によるスポーツウエアを販売しています。マイクロカプセル化されたオイルは、ウエアを着て動くとき摩擦によりカプセルが少しずつ開き、オイルが例えば脇の下部分などから受容される仕組みになっています。このように、日々多くの製品が開発され、ごく普通の日常に入ってきています。これからは様々な製品が出てきそうで目が離せません。

一般に広がる上でセブナと著名人の存在は欠かせませんが、海外のセレブリティの中にも CBD を愛用していることを公言したり、女優のグィネス・パルトロウは自身のライフスタイルブランドである「goop」に Cannabis Health Benefits といった形で、大麻ならびに CBD についての情報を掲載したりしています。ぜひこちらも見てみてください。



Kiskanu Hemp

座薬タイプの CBD カプセル。CBD を坐剤として摂取する事で、経口摂取よりも効果的に体内へ吸収され、効果の持続時間も長い。



athletiCBD

関節や筋肉のこわばり、あざなどの痛みの箇所に直接塗って緩和するロールオンスティック。痛み止めのバームやクリームなど、アスリート用の CBD 商品を開発。従来の化学品による痛み止めに対し、CBD は天然由来でドーピング違反にもならないため、安心して使用できる。



FORIA / Intimacy Natural Lubricant with CBD

CBD を配合した女性向けセルフプレジャー用の潤滑剤。筋肉の弛緩、血流の促進、痛みの緩和の効果があり、性交に痛みを伴う方の助けとなる。

# 2020 日本人のキモチ

## シーピーディー CBD どうですか？

今現在、CBD は日本人からどう見られているか？

ここまでに様々な事例を通じて、国内外の CBD の広がりを見てきましたが、まだまだ日本での認知は低い状況です。このページでは WEB アンケートを通じて CBD に対する日本人のキモチを分析します。

どうやら、「CBD」という単語は知らないけれども、「大麻」と聞くだけで「怖い」というネガティブなイメージを持ってしまっている人が多く一方で、ストレス緩和などを求める声もありました。

### 調査概要

- ・調査機関：VISIONGRAPH Inc.
- ・調査時期：2020年3月4日～6日
- ・調査人数：247人
- ・地域：全国
- ・属性：20～70歳（男性84人、女性164人）
- ・アンケート実施：Marketing Applications, Inc.

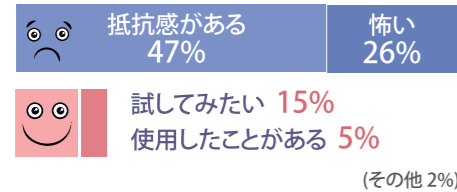
### CBD 独自調査

## CBD を知っていますか？

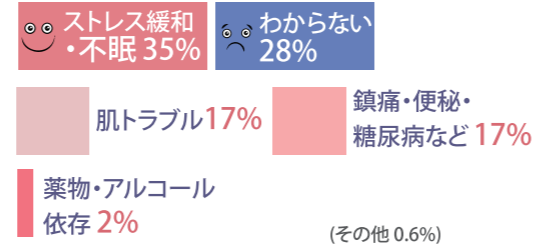
\\ CBD という単語を初めて聞く人がほとんどでした //



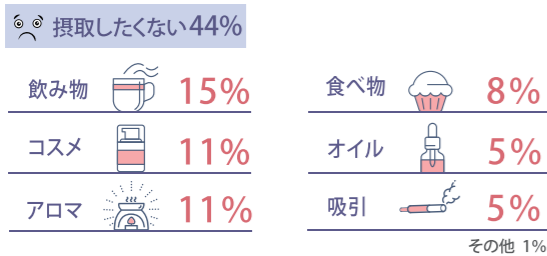
### CBD は大麻草から抽出された成分と聞いてどう思いますか？



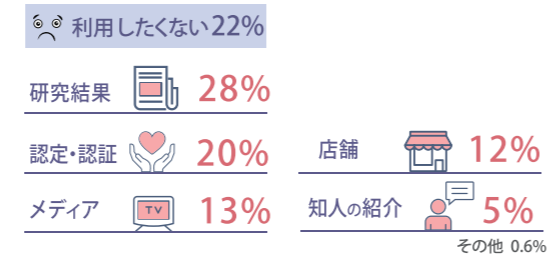
### CBD に、どんな効能を期待しますか？



### CBD、どんなものなら摂取してみたいですか？



### 安心して利用するために何を重視しますか？



### CBD入りドリンク(350-500ml)いくらまで出せますか？



### CBDサプリメントには1日いくらまで出せますか？



### CBD入りスイーツには1日いくらまで出せますか？



## CBD、どう活用したいですか？

※利用サービス：株式会社マクロミル「ミルトーク」



※ネットサービスを通じて、消費者に CBD の活用方法を考案してもらったものを抜粋し掲載。

## 知らないものは怖い、その先は？

日本の有名百貨店でも取り扱いがある CBD 商品ですが、「知らない」と答えた人が 94% という結果からもわかる通り、まだほとんど知られていません。現在利用したことあるのは 5% 程度ですが、まさにイノベーターやアーリーアダプターと呼ばれる感度の高い人々が商品を手に取り始めた段階だと言えるでしょう。

一方、「大麻」は怖いもので、大麻由来の成分には抵抗感がある人が多いことが、アンケートの結果からハッキリとわかります。

また、米国では吸引型の CBD は男性に、飲み物・食べ物・コスメなどは女性に人気があると言われていますが、アンケートからは日本では飲み物、コスメ、アロマなど生活の中で自然と入り込める商品の方が受け入れられやすそうです。

更に、ストレス緩和や肌トラブル、鎮痛や便秘など、身体疾患への改善効果が期待している人がいる事もわかります。

今後国内での CBD の研究結果や利用が増えるにつれて、認知も広がっていきませんが、現状の「知らない」段階をどう超えていけるか、正しい情報をどうやって消費者やメディアに届けていけるかが、事業者求められるのです。

また、現在はオイルや吸引がメインとなっている国内 CBD 商品ですが、もっと手に取りやすい様々な形態が求められています。

早い段階から消費者を巻き込みながら、手に取りやすいユニークな商品を企画していくのも、一つの方法かもしれません。

CBD 使用したことがあるよ!

## 現在の国内 CBD 利用者はどんな用途で使っているのか？

ネットショップなどのレビューから、どのような用途で使用しているのかをまとめています。

- ペットのてんかん発作に使用。使ったら落ち着いて寝てくれました。
- 敏感肌で困っていましたが、顔の赤みが引きました。
- 大腸炎の倦怠感がなくなりました。
- 不安症で悩んでいましたが心地がよくなりました。睡眠管理アプリとも併用。
- ガン摘出後の体調管理に期待をしています。
- アルコール依存からの脱却のために使っています。
- 更年期障害のホットフラッシュがなくなりました。
- 疲労回復。全身の凝りがほぐれます。
- 偏頭痛や生理痛。効果がありました。
- 薬を使用したくないので、不眠症の薬ではなく CBD にしました。
- 筋肉痛。筋トレ後の痛みの感じ方が違う気がします。

現在購入している人は、お困りごとを抱えているケースが多いですが、もっと気軽に試せる商品も今後はでてくるかもしれません。

# 医療用途でも効果が期待されるCBD



“CBDは患者さんのQOLを上げることに繋がります”

院長  
銀座みやこクリニック  
濱元 誠栄

### Profile

2001年鹿児島大学医学部卒業。外科医師として癌治療に従事。  
2018年に、がん遺伝子治療を専門にする銀座みやこクリニックを開設。  
抗がん剤や放射線治療の限界を感じ、標準医療と併用した遺伝子治療を提供。著書に「がんよろず相談室 [20のエピソード]」(医事出版社)。

### CBDをはじめたきっかけは何ですか？

存在自体は知っていましたが、1年程前からCBDを患者さんにおすすめるようになりました。きっかけは、数年間パニック障害で困っていた友人の症状が、CBDを摂取したことで緩和していく様子を身近に見ていたからです。

普段から癌の患者さんを診ていますが、癌性疼痛や抗癌剤の副作用による痺れ、癌自体の痛みもCBDで緩和されています。

西洋医学と薬だけでは副作用も出ますし、難しいと感じることもあります。「いろんな病院に行ったけど良くならない…」とお話される患者さんにも来院いただきますが、CBDを併用することによって薬の量が減っていくこともあるので、患者さんのQOL(生活の質)を上げることに繋がると考えています。

### CBDには他にどのような効果がありますか？

CBDの効果を挙げだすとキリがありません。一言で言うと「自律神経を整える」です。

実際に、生理痛や頭痛、気管支喘息、分子標的薬の副作用の緩和など様々です。最近のケースですと、治療が難しいとされている皮膚病の患者さんが来院されましたが、CBDのバームを試したら症状が緩和されてきました。

また、実際に病気の症状がなくてもCBDは効果的です。例えば、コロナウイルスの影響で不安を抱えた人、不眠がちになった人も多いと思います。私自身も不安を感じました。そんな方はリラックス効果を得るために、濃度低めのCBDから摂取していくのが良いでしょう。更に、CBDの効果はリラックスだけではなく、

「身体を整えてくれる」とイメージしてもらえるとわかりやすいかもしれません。

不思議なのですが、眠りたい時には眠りやすいように身体が反応しますし、集中したい時には頑張りたい気持ちを強くしてくれます。お酒やタバコの量を減らしたいと思っていれば、その衝動の抑制効果が現れることもあります。

### 人体に悪い影響はありますか？

CBD自体が人体に悪い影響を与えることは無いと考えていると思います。しかし、まだわからない事が多いのも事実です。

例えば、WHOがCBDによって精子が減少すると報告したことがあります。中国の論文ではそれが否定されていたりします。まだまだエビデンスが出るまでには時間がかかる事が多いのです。ただ、オイルの過剰摂取には気をつけてください。γ-GTPなど肝臓へ負担がかかってしまいます。

患者さんや自分が摂取しても、依存性を感じたことはありません。また、薬とは違って、摂取を止めたためにも何らかの反動が来るものでもありません。使いたい時に使えるのがCBDです。次に副作用についてですが、眠気が出る方もいます。また、すぐく自律神経が乱れていたり、神経が興奮して

いる方の症状がCBDで緩和されることによって、逆に調子が悪く感じてしまう人もいます。急激な変化のためです。そうならないためにも、濃度が薄いものから始めたり、服用する量を少しずつにするなどが大切です。

当院にいらっしゃる患者さんはCBDについて抵抗感がある方は稀ですが、やはり年齢によっても変わってきます。若い方はネットで検索してCBDの事を理解して下さり、ご自身から当院にアプローチしてくれる方はCBDを安心して使われています。

### 効率的な摂取方法は？

CBDは基本的に腸からの吸収は悪いので、舌下吸引をお勧めしています。カプセルの場合は食後が良いですね。回数に関しては、決して値段は安くはないので、不眠の方は夜だけの1日1回。メンタルケアが必要な方は朝晩の2回が良いと思います。作用時間は半日くらいあるので、それくらいいいんです。

がん遺伝子治療を専門に行う銀座みやこクリニック。院長の濱元先生は、CBDの医学的な効能にいち早く注目し、オイルやバームといったCBD製品の監修もされているお医者さんです。

CBDの可能性と安全性、そしてこれからの期待について、医学的立場からお話をお聞きしました。

### 商品を選ぶ際に気を付けることを教えてください

副作用についてですが、眠気が出る方もいます。また、すぐく自律神経が乱れていたり、神経が興奮している方の症状がCBDで緩和されることによって、逆に調子が悪く感じてしまう人もいます。急激な変化のためです。そうならないためにも、濃度が薄いものから始めたり、服用する量を少しずつにするなどが大切です。

当院にいらっしゃる患者さんはCBDについて抵抗感がある方は稀ですが、やはり年齢によっても変わってきます。若い方はネットで検索してCBDの事を理解して下さり、ご自身から当院にアプローチしてくれる方はCBDを安心して使われています。

### 日本の医療現場でCBDはどれくらい知られていますか？

日本の医師の99%はまだCBDを知らないでしょう。臨床カンナビノイド学会や臨床CBDオイル研究会などで症例報告や共有をしていますが、やはりまだエビデンスが少ないです。また大麻の悪いイメージもあってなかなか認知が広がりにくいです。日本でもCBDの医薬品エビディオレックスの治験が始まりましたが、エビデンスとして認められるには5年くらいはかかってしまうのではないのでしょうか。

もっと医者が手に取りやすいCBDが必要だと思ったので、オイルやバームを作りました。これからも色々商品を出していくので、医療現場でも理解を深めてもらい、認知を広げていきたいです。CBDはいい物です。

### CBDのこれからの期待する姿を教えてください。

まず健康用途のCBDについてですが、現在の一番のネックは値段だと思います。多くの人が手に取れるようになればいいですね。しかしCBD商品の開発も大変なのはわかりますし、今の市場を考えると適正な金額だと思います。海外ではCBDを消費者が気軽に手に取れることもあるので、東京オリンピックなどで訪れた外国人が「なんで日本にはCBDがないの？」と疑問に思ってもらって、それが広がったら、意識も変わっていくのかもしれないと感じています。

最後に、医療用途のCBDについてです。先ほどと重なりますが、CBDを理解してくれる医者を増やしていきたいです。関東圏だけでなく、地方でももっと認知を広げていく必要があると考えています。

### CBDの医療的効能

動物実験やヒトでの有効性が限定的にも確認できたCBDが治療効果を有する可能性が示された症例の一部

- パーキンソン病
- 多発性硬化症
- ハンチントン病
- アルツハイマー病
- 統合失調症
- 低酸素虚血脳
- 抑うつ
- 疼痛
- 心血管疾患
- 炎症性腸疾患
- 炎症性疾患
- 吐き気
- 関節リウマチ
- 糖尿病合併症
- がん
- 不安

### 大麻由来の医薬品

日本でも治験の認可がされたEpidiolex。その治験の結果によっては、法改正の可能性も考えられる。

- CBD** Epidiolex  
イギリス GW Pharmaceuticals 社により開発されたてんかん治療薬 (医療用 CBD オイル)
- CBD & THC** Nabilone / Cesamet  
抗がん剤を使用した化学療法における吐き気の緩和
- CBD & THC** Dronabinol / Marinol / Syndros (合成カンナビノイド)  
抗がん治療における吐き気の緩和、AIDSの食欲不振による体重減少への対処
- CBD & THC** Nabiximols / Sativex  
発症性硬化症患者の神経因性疼痛、痙攣、過活動膀胱、ほかの症状の緩和に用いられるカンナビノイド口腔用スプレー

### 濱元先生監修のCBD製品



#### CBD オイル (5%) CBD 500mg 配合

がん患者さんやアトピーの子供が使用する際に、海外CBD製品では味や臭いがキツイために泣く泣く使用を断念した方も多く見られ、どうにか日本人に合う製品ができないかという声を聞き生産に至った。



#### 高濃度 CBD ワセリンバーム

DR+ MEDI BALM CBD300mg (1%) 配合  
30g MADE IN JAPAN  
クリニックでは、アトピーなどの皮膚炎、肩こりや腰痛、神経痛の緩和に使用。





## 日本のCBDビジネス / 世界の大麻ビジネス

# Cannabusiness

## ビジネスとしてのカンナビス

ここまで、CBDの商品としての可能性について話してきました。

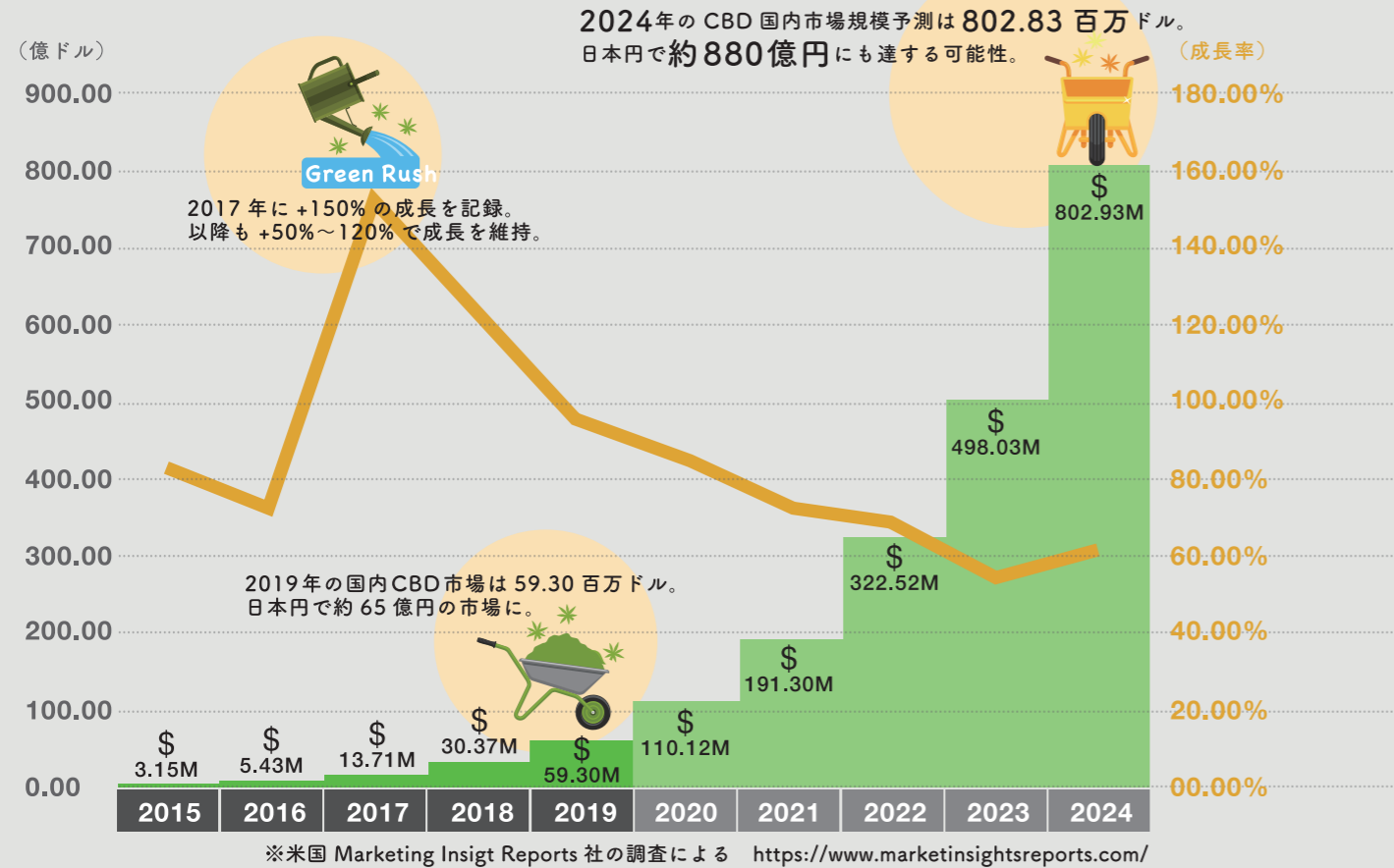
ここからはビジネスとしての国内でのCBDについて考えていながら、CBDにとどまらないグローバルに広がる大麻ビジネスについてご紹介していきたいと思います。

2010年代はブロックチェーン、人工知能、VR等の最新技術による市場が盛り上がっていましたが、米国ではその流れの次に大麻がきています。

日本と米国では法律や規制が違いますが、国内で伸びそうなCBD分野だけでなく、グローバルの流れを踏まえることによって、新しいビジネスとしての魅力や可能性について、想像を広げてもらえれば幸いです。

# 日本国内におけるCBD市場規模予測

source : Maia Research Analysis (2020)



## 日本におけるCBD市場の可能性を示すデータ

**不眠症** 50%以上が不眠症の疑いがあり、心身不調の原因となる

SOURCE: 西川 睡眠白書 2019 より (日本睡眠科学研究所, 2019年)

**うつ病** 気分障害(うつ病など)は127.6万人

SOURCE: WEB サイト みんなのメンタルヘルスより (厚生労働省, 2017年)

**自殺** 先進国では唯一、日本だけが10~35歳の死因のトップが自殺。自殺者総数は年間で20,840人

SOURCE: 令和元年 自殺対策白書 (厚生労働省, 2019年)

**不安症** 神経症性障害、ストレス関連障害及び身体表現性障害(不安障害など)は83.3万人

SOURCE: WEB サイト みんなのメンタルヘルスより (厚生労働省, 2017年)

**飲酒量** 全国一人当たりの飲酒量81.6ℓ

SOURCE: 平成29年度酒類消費数量より (国税庁, 2019年)

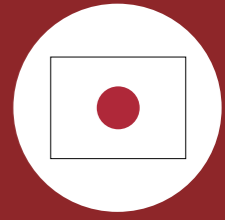


### 不安症とは？

精神疾患の中で、不安を主症状とする疾患群をまとめた名称のこと。(厚生労働省 WEB サイトより)

不安症の中でも、パニック症候群やPTSDなどはニュースなどでも取り上げられて馴染みがある方もいるかもしれませんが、近年は、職場などのストレスの増加により、全般性不安障害や社会不安障害といった、対処しきれないほどの不安を抱えてしまい、日常生活に支障をきたしている人が増えていっていると言われています。

# CBD BUSINESS IN JAPAN



## 不安大国・日本

日本では多くの人が不眠症やうつ病などの現代病に悩まされ、日々のストレスを何とかやり過ごしながら暮らしています。

日本の自殺率は世界でも常にトップクラスで、特に若年層の死因で自殺が事故を上回ったのは、先進7ヶ国では日本だけでした。病気にまではなくても、日本人の7割以上が将来に不安を感じているとの調査結果も出ています。

なぜ日本は不安大国になってしまったのでしょうか？長引く不景気と超高齢化社会、多様性を認めない文化、真面目で失敗を恐れる国民性、新卒採用制度のように再起が難しい仕組み、思い浮かぶ点はいくつもありますが、そのどれもすぐに改善できるものには無さそうです。

私たちはこれからこの不安大国日本で生き延びていくために、うまくストレスと付き合い方を見つければなりません。

## アジアの大麻合法化状況と日本の状況

アジアの大麻合法化の状況は欧米に比べると遅れていますが、徐々に医療用大麻を解禁する国が出てきています。

2018年にタイ、2019年には韓国で医療用大麻が合法化されました。その他にもミャンマー、シンガポール、スリランカ等が、大麻に対する刑罰を見直したり、医療用大麻の研究に乗り出したりと積極的な姿勢を見せています。

中国やインドでは産業用ヘンプが古くから栽培されてきたことから、アジアでのヘンプ供給量は豊富にあり、その人口の多さからも大麻ビジネスとして今後の成長が期待されている地域です。

日本での合法化はまだまだ先かもしれませんが、現状でも合法的なCBDの需要が増えてくれば、海外から原料を輸入し国内で加工を行うような業者がもっと増えていくでしょう。更に、医療用途のCBDの研究が進み、限定的でも国内の利用が解禁されるようになれば、日本国内でのヘンプ栽培や取り扱い業者を取り締まる法律について再考される可能性があるでしょう。どちらにせよ、検査やチェック機関なども同様に整備が必要です。

## 日本ではCBDに対するイメージ向上が必要

日本では麻薬取締法により大麻の栽培・所持が禁止されて以来、大麻=麻薬という悪いイメージがついてしまいました。CBDは依存性も幻覚作用も無い安全な成分である事が証明されていても、大麻由来の成分というだけでタブー視されている方が多いのが現状です。そんな中、大麻の有用性を正しく理解しようという動きが出て来ています。

これからCBDを日本に定着させていくためには、まずは日本国内でCBDの認知を上げることが重要です。その際に、CBDは違法では無い事、大麻草の成分に健康作用があることをしっかりと説明し、大麻の悪いイメージを払拭していく必要があります。公的機関による検査と認証制度を導入し、医学的な見地から安全性を担保することで、消費者が安心して使用できるような取り組みが実際に始まっています。

一般社団法人日本薬用植物研究推進協会では、CBD製品の検査を行い、基準を満たす商品には認証マークを発行しています。このような仕組みにより大麻に対する偏見や先入観を取り除く事ができれば、使ってみたいという人はたくさんいるはずですよ。

## CBD、一般市場への導入のストーリー

日本でのCBD普及のストーリーは下記の3つが考えられるでしょう。

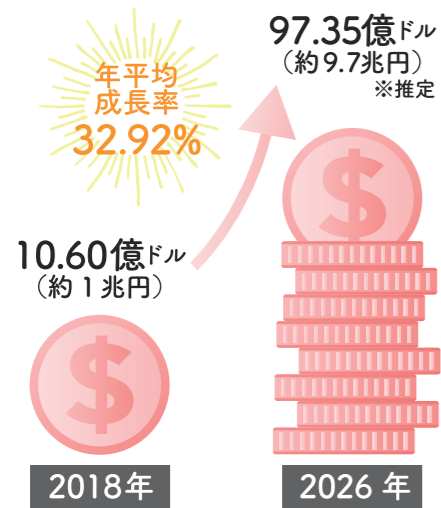
①医療用大麻の合法化に向けた取り組み。CBD成分を主とするてんかん治療薬「エビディオレックス」の治験が容認された事もあり、これから日本でも医療用の導入に向けた議論が加速し、それに伴ってCBDに対するイメージも変わるきっかけとなる可能性があります。

②慢性的な痛みの鎮痛用途での利用。既に販売されているCBD製品には、服用する事で身体の痛みや不眠が緩和されたというレビューが多く見かけられます。同じように慢性的な痛みに悩まされている人々にもっと正しく認知が広がることによって普及していく可能性があります。

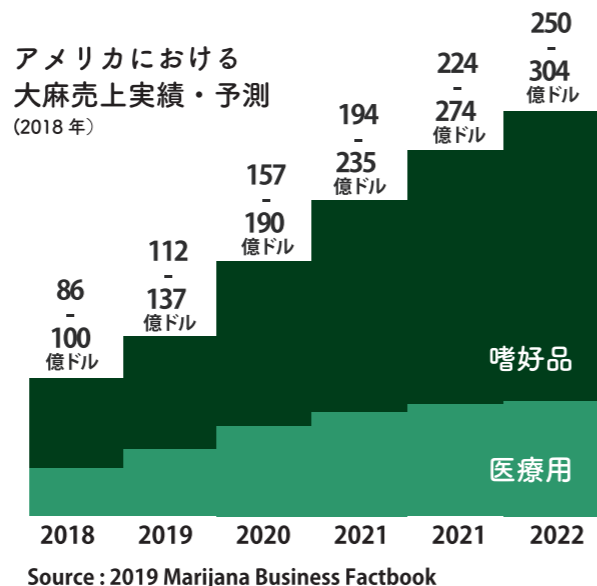
③リラックス効果のある嗜好品として新たな商品の登場。お酒やタバコ、アロマオイルやキャンドルのように、リラックスしたり気分を変えたいシチュエーションでCBDを活用するチャンスがあります。CBDは様々な商品に配合できるため、お菓子やサプリメント感覚で気軽に楽しむ事ができます。冒頭にも掲げた未来像では、より健康的な生活を求める人々が活用する嗜好品として、CBDが広く取り入れられるようになる可能性があります。

CBDビジネスが日本の市場でも広く受け入れられるためには、①や②のような医学的・疾病からのアプローチだけでなく、③のように日々の生活に気軽に取り入れられる、今までになかった一般向けの新製品の開発が求められていくでしょう。

## 世界のカンナビス市場予測



## 北米のカンナビス市場予測と参考データ



## アメリカにおける嗜好用大麻消費と他商品との比較 (2018年)



## グローバルに拡大するカンナビス市場

カンナビス市場は世界で急速に成長しており、世界的な大麻合法化の潮流にも後押しされ、今後も市場の拡大が見込まれています。

インドのリサーチ会社 FortuneBusiness Insights によると、2018年の世界のカンナビス市場規模は約1兆円 (USD 10.60 billion) でしたが、2026年には約9兆7千億円

(USD 97.35 billion) に達すると見込まれており、年平均成長率 32.92% という脅威のスピードで成長を続けると言われています。

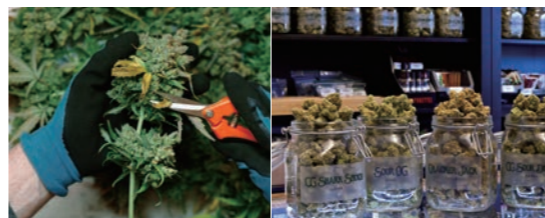
参考までに2018年の世界のコーヒーの市場規模が8.1兆円ですので、6年後にはコーヒーよりもCBDの市場規模が大きくなる見込みです。

## カンナビスビジネス大国を目指す、アメリカ

世界では北米、南米、ヨーロッパを中心に大麻が合法化される国が増えてきており、2020年3月時点で嗜好用大麻を認可している国は6ヵ国、医療大麻を合法化している国は26ヵ国あります。その他にも、法律上は違法でも逮捕されない「非犯罪化」の国が増えてきており、栽培・売買・所持・使用に対する規制は各国のスタンスにより様々です。

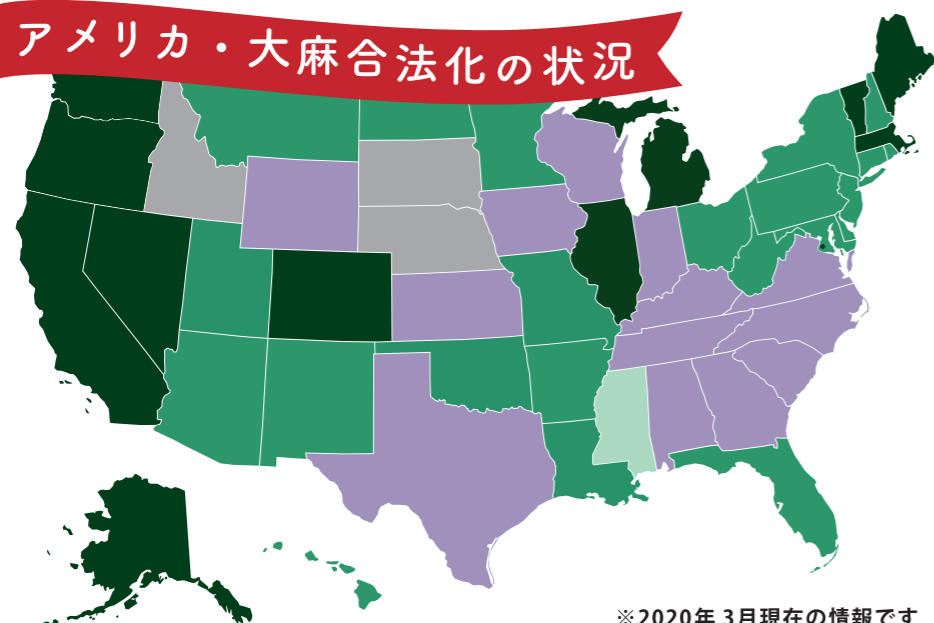
大麻合法国として有名なカナダでは2018年に大麻が全面的に合法化され、大麻ビジネスの先進国として多くの大麻関連企業が誕生し、世界進出を狙っています。特に、嗜好用大麻はタバコやアルコールの代替品になり得るとして、既存の世界的企業からも大きな投資を集めて商品開発が進んでいます。

# CANNABUSINESS GLOBAL IMPACT



2019年の米国の総大麻農場は約590km<sup>2</sup>。お米で有名な新潟県南魚沼市と同じくらいの大きさ。店舗数は7,490店舗にも上る。

## アメリカ・大麻合法化の状況



※2020年3月現在の情報です

★★★★★★★★★  
★☆☆☆☆☆☆☆☆  
☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆  
☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆  
☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

嗜好・医療用途で合法  
22% (11州)

★★★★★★★★★  
★★★★★★★★★  
★★★★★★★★★  
★★★☆☆☆☆☆☆  
☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

医療用途で合法  
66% (33州)

★★★★★★★★★  
★★★★★★★★★  
★★★★★★★★★  
★★★★★★★★★  
★★★★★★☆☆☆☆

限定的に合法※CBDなど限定的な使用のみ  
94% (47州)

★★★☆☆☆☆☆☆  
☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆  
☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆  
☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆  
☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

すべて違法  
6% (3州)

## 大麻合法化の流れと、世界中の投資家からの眼差し

アメリカでは2018年の農業法改訂で、THC含有量0.3%以下の大麻草は産業用ヘンプとして、全米での栽培が合法化されました。それ以上のTHCを含む大麻草はマリファナと呼ばれ、連邦法では依然として違法ですが、アメリカでは州法によっては大麻の扱いが異なります。

近年では、マリファナも含めた大麻草の医療用・嗜好用での使用を、合法として認可する州が次第に増えて来ています。2020年3月時点で、アメリカ全

50州のうち医療用・嗜好用ともに合法が11州 (22%)、医療用大麻合法が33州 (66%)、医療用・嗜好用ともに違法が17州 (34%) となっています。

全米50州のうち33州で医療目的での大麻 (マリファナ) の使用が合法化されており、そのうち11州では嗜好品としても合法化されています。米国の投資銀行 Ackrell Capital によるレポートでは、2027年までにアメリカの連邦法で大麻が合法化されると予測しています。

## 日本と世界の関わり

日本でも今後医療用途の使用などをきっかけに、大麻に関する法律が見直されるかもしれませんが、全面的に合法化されるのは当分先の話になりそうです。

CBDビジネスに関しても、大麻取締法が改訂されない限りは国内での大麻草栽培ができないため、原材料は輸入に頼るしかなく、国内のCBD製品メーカーは厳しい規制に対応していく必要があります。どうすれば日本からこの世界的な

巨大カンナビス市場に関わる事ができでしょうか？

一番簡単なものは投資です。その成長率の高さから、投資対象として大麻ビジネスは日本の投資家の間でも既に注目されています。カナダの最大手大麻ビジネス企業 Canopy Growth Corp. は2019年に時価総額240億カナダドルを記録しました。直接的な大麻ビジネスへの投資だけでなく、関連する医療業界や既存のタバコ・アルコール業界の動向にも注目です。



## Report & Insight Cannabusiness @ SXSW

カンナビスメディア CANNABISNOW は、2019年のSXSWで大規模なアクティベーションを行った。サンプリングやグッズ販売、カンファレンスセッションなどが行われる会場には、長い入場の列ができていた。

### SXSW (サウス・バイ・サウスウエスト) とは？

SXSWは、毎年3月にアメリカテキサス州オースティンで行われている音楽・映像・インタラクティブのカンファレンス&フェスティバルです。様々なクリエイティブ・文化・ビジネス・テクノロジーなど、「What's Next (次に何が起こるのか?)」がテーマになっており、30年以上の歴史がある世界最大級のイベントとなっています。

特に近年は新しいビジネスが世界に広がる場所として有名で、Twitterが2007年にこのイベントをきっかけに爆発的な人気になったことから、「スタートアップ (新しいビジネスを作るベンチャー企業) の登竜門」と呼ばれています。

このSXSWでは音楽や映画やテクノロジーはもちろんのこと、2000を超える様々なプレゼンテーションが行われます。医療やゲーム、ファッション、食など様々な分野がありますが、2019年から一つのプレゼンテーションのカテゴリに「Cannabusiness (大麻ビジネス)」が追加され、非常に注目を集めています。カンファレンスプログラマーのアダム・ウォードは、「大麻は、成熟し始めたばかりの業界で地位を確立しようとしている起業家やイノベーターにとって大きなチャンス」と話しています。

ITソフトウェアやハードウェア、人工知能やブロックチェーンなど、最新のビジネスを議題に取り上げてきたSXSWですが、現在その眼差しはカンナビビジネスに向けられているのです。

### 2019年から2020年にかけての変化

2000を超えるSXSWのカンファレンスセッションですが、その大半は独自のSXSW Panel Pickerという公募・投票のシステムを使って採用されます。そのため(北米が多いですが)毎年世界中のSXSWコミュニティの民意が反映されるので、今必要な議論を広く把握することができます。

2019年はどのようなストーリーテリングが求められているのかが一番の議論のポイントでした。ダークな一面や医療大麻の話がメインだった大麻市場の中で、CBDドリンクや化粧品など一般消費者が気軽に手にとれるような商品が増えている事もあり、どのように大麻の悪いイメージが払拭できるかが非常に重要な時期だったのだと想像できます。

一方、2020年に行われる予定だった(2020年のSXSWはCovid-19のため中止となった)カンファ



レンスセッションからは、一般商品として広がったCBD製品を中心とした大麻市場をより持続可能なビジネスとして発展させるとしたらという議題が持ちかけられました。また、カンナビビジネス関連セッションは1.5倍以上に増え、専門家による一対一のアドバイスマーケティングも4倍以上の規模になっており、新しいビジネスだからこそ前例がない課題が多く、議論が非常に必要とされていることが多いのだと予測されます。

### 前例がないフロンティアの議論とは？

2020年時点では総じて「ビジネスとしての側面を深め、定着させる」という段階へと移行しています。

浸透しつつあるカンナビ商品が増えていく中でどのように他社と差別化していくかといったブランディングやマーケティングのセッションが増加しました。

また、食品と同じように産地など安全面での保証も求められており、データ活用なども模索されています。

一方、法規制などが強まった州もあり、より慎重な意見も出てきました。メディアの報道に偏りが無いなどの議論をはじめ、雇用問題や農家を含めた労働環境の公平性といった政策系の議論にとどまらず、未だグレーエリアが多い大麻のEコマース領域での課題を出し合うなど、より透明性・公平性などが求められているのを感じます。

### 大麻農家や販売店以外の周辺領域ビジネス

大麻農家や販売店向けにサービスを展開するスタートアップもこれからより増加してくるでしょう。まだ数は多くはありませんが、SXSWでもいくつか企業が出てきています。

具体的には気候変動時代でも効率的に作物が育てられるナノテクノロジー技術を活用した温室技術サービスや、大麻小売業者向けのデータマネジメントツールは、POSデータ解析や在庫管理、リアルタイムの市場との比較までができるような統合サービスなどが挙げられます。

このような領域以外にも、消費者と生産者をつなげるようなコミュニティサービスや、症状に応じて最適なカンナビスを選んでくれるような人工知能を活用したサービス、ブロックチェーンを活用した安全性が確保されたサプライチェーンを透明化するトレーサビリティシステム、脳波やバイタルセンサーを用いた効果測定などが今後生まれてくるのが容易に想像できるでしょう。

また、現在のアメリカのカンナビビジネス領域は、小規模事業者だけでなく、大規模な資本を持った企業が参入し、シェアを広げています。大規模な会社が市場を独占するのではなく、大小それぞれの会社がそれぞれの特性を出しながら、どのようにエコシステムを作っているか。そのような議論も来年は盛り上がるかもしれませんね。

CBD はあなたの役に立ちそうですか？

時にリラックス、時に集中。今より簡単に自分のモードを切り替えられるとしたら、色んな物事が少しずつうまく回りはじめるかもしれません。

しかしながら、CBD はじめカンナビノイドは未知の事も多く、現在も研究が進められています。

同時に、新しい市場を作り出しているものとして大変注目も浴び、情報が錯綜しているのも事実です。

CBD への過度な期待ではなく、正しい情報と共に CBD の効果を最大限に得る方法を私たちも模索しています。

CBD が作り出す新しい未来。私たちが自分自身の力で「フル」な状態になれる世界。

この動向について勉強会の開催や新製品の開発も行っていきます。

最新情報はこちらのメールマガジンで配信していきます。ご興味のある方は下記ご覧ください。

VISIONGRAPH Inc. Cannabusiness メールマガジン  
<https://miraiyoho.com/cannabusiness>



VISIONGRAPH 

VISIONGRAPH Inc. (正式名称・未来予報株式会社) は、東京を拠点にしたイノベーションリサーチをベースにしたコンセプトメイキングファームです。予測できないこれからの未来。必要なのは、自分が欲しい未来を描く創造力です。私たちは様々な示唆に富む {あるかもしれない} 未来の予報を提供します。多くのインスピレーションを与え、より良いコンセプトや戦略をデザインします。

VISIONGRAPH Inc. / 未来予報株式会社  
〒101-0022 東京都千代田区神田練塀町3 富士ソフト秋葉原ビル 12F  
<https://miraiyoho.com/>  
[info@miraiyoho.com](mailto:info@miraiyoho.com)  
050-3184-2679