



豊潤青汁 和みゆたか

株式会社AVELIA

1・コンセプト

- ・ 『医食同源』豊潤青汁・和みゆたかは、管理栄養士・豊田愛魅さん監修のもと、何よりも効能や効果、そして品質を第一に開発製造された青汁となります。毎日摂取するものだからこそ安心安全でなければならず、そして、普段なかなか摂取することが難しい健康と美容の成分を一度に簡単に摂取できること、また、お子様や妊婦の方、授乳中の方やお年を召した方々など、デリケートな時期や体調の方々にこそお飲み頂きたい品質と内容となっております。また、あえてサプリメントとせずに青汁に拘りました背景と致しましては、固形にする際に必要となる余計な添加物や熱による成分ダメージを配慮し、出来る限り自然なままの成分を良い状態で美味しくお召し上がり頂くためと、召し上がり方のバリエーションを増やすことに御座います。
- ・ 豊潤青汁・和みゆたかは、贈答用としても恥じる事の無い純和風の手書きロゴや手描きパッケージデザインという拘りも御座います。国内外問わず、そして老若男女も問わずお世話になっている大切な方々の為に是非ご活用頂きたく存じます。
- ・ 豊潤青汁・和みゆたかは、飲むだけでなく、お料理やスイーツにもご使用頂けます。日頃の何気ない食卓にて何気なく豊潤な栄養素を摂取して頂く事ができます。また、これから有名料理研究家の方や管理栄養士の方によるレシピも公開してまいりますので、様々なシーンにてご活用頂けたらと思います。

2・含有成分について

大麦若葉・ケール・明日葉・抹茶・緑茶など、市場でよく見かける最もスタンダードな成分の他、豊潤青汁・和みゆたかには更に健康と美を意識した下記成分を配合した今までにない『オールインワン』の青汁となっています。

- 1・乳酸菌EC-12
- 2・フコイダン
- 3・プラセンタ
- 4・ヒアルロン酸
- 5・フィッシュコラーゲン
- 6・葉酸
- 7・コンドロイチン
- 8・グルコサミン
- 9・マカ
- 10・ブルーベリー
- 11・酵素

では、次ページより各成分の効果や効能を説明していきます。



乳酸菌EC-12

『腸内フローラコントロール』という言葉をご存知でしょうか。

腸内フローラとは、腸内に存在する細菌達の生態系を指し、その腸内細菌は100種類以上、そして個数は100兆個以上となります。『善玉菌』『悪玉菌』『日和見菌』という大きな3つの分類から構成され、それらの集団を作って群れている腸内細菌が花畑の様子に似ているということから「腸内フローラ」（腸内細菌叢/ちょうないさいきんそう）と呼ばれています。（お花畑 = flora[英]）

最近では、「たけしのみん家の家庭の医学」や「NHKスペシャル」などのTVでも取り上げられ大きな話題となりましたので、ご存知かも知れません。

さて、では実際にこの『腸内フローラ』の環境を整えることでどのようなメリットがあるのでしょうか。まずは『腸内フローラ』を構成している『善玉菌』『悪玉菌』『日和見菌』について説明していきます。

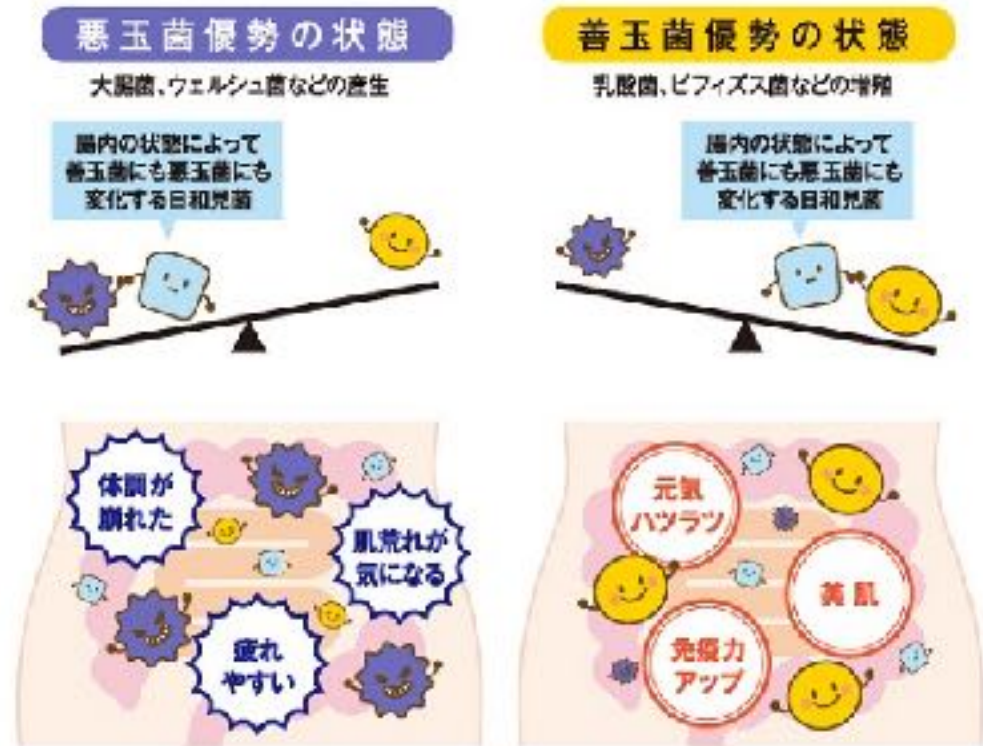
【善玉菌（有用菌）】悪玉菌の侵入や増殖を防いだり、腸の運動を促したり、ヒトの体に有用な働きをする菌

【悪玉菌（腐敗菌）】腸内の中を腐らせたり有毒物質を作る菌

【日和見菌】善玉とも悪玉ともいえず、腸内環境により善玉菌にも悪玉菌にも変化（加勢）する菌

因みに、『腸内フローラ』の理想的な状態は【善玉菌=2】【悪玉菌=1】【日和見菌=7】という割合となり、何らかの原因で悪玉菌が優勢になってしまうと、腸内腐敗が進んでアンモニア、フェノール、インドールなど人の健康に有害な物質が増えます。これらの有害物質がくさいオナラの原因になったり、もっとひどいことには、有害物質が腸管から吸収されてしまい、やがて肝臓、心臓、腎臓などにも負担を与え、老化を促進させたり、癌をはじめとするさまざまな生活習慣病の原因になることもあるので、いつでも『腸内フローラの割合』を調節する必要があります。

そこで登場するのが【乳酸菌EC-12】EC-12は少量を摂取するだけで、グラムあたり5兆個もの菌類を摂取できるとして今注目を集めている乳酸菌です。そして、腸内に棲息する善玉菌のエサとなって善玉菌の増殖を高めて、悪玉菌の減少に働きます。また、大きさがとても小さく腸内細菌叢を形成せずに腸内で分散しているので腸で吸収がされやすく、腸内にある免疫を司る細胞を活発にして、免疫力のアップや更には美肌にもとても高い効果を発揮してくれる免疫性の乳酸菌となり『腸内フローラコントロール』に適していると言えます。



フコイダン

『フコイダン』は、昆布やメカブといった海藻のネバネバした物質に含まれる硫酸多糖の一種で、近年の研究によりさまざまな健康効果があることがわかり、サプリメントなどに活用されています。

では、実際にフコイダンにはどのような効果が期待できるのでしょうか。

『免疫力の向上』

フコイダンには、「NK細胞（ナチュラルキラー細胞）」や「マクロファージ」といった免疫細胞を活性化させる働きがあることが研究によってわかってきました。免疫細胞の中でも重要な働きを担うこれらの細胞が活性化されることで、免疫機能向上効果が期待できます。また、フコイダンが小腸を通過する際に小腸の表面にある腸管組織（パイエル板）を刺激し、それによって免疫力が高まります。

『抗がん作用』

がんの治療方法の一つに「フコイダン療法」というものがあります。フコイダンのなかでもU-フコイダンにはがん細胞をアポトーシス（生体に不要な細胞や有害な細胞を細胞死に導き排除する体内のメカニズム）を導く作用があるのです。このことは1996年にJFKメディカルセンターのデーリック・デシルバ博士が研究発表しました。つまり、フコイダンががん細胞を死滅に導くというのです。正常な細胞が死滅するのに対し、がん細胞は増殖を続けます。ところが、フコキサンチンに含まれるアポルパノイドが、がん細胞のみを選んでアポトーシスを導く作用があることが分かったのです。さらに、フコイダンはがん細胞によって低下した免疫力を高めて、血流を改善することで栄養分や薬効成分を全身に運ぶことにも役立ちます。現在、日本でもフコイダンとがん細胞の関係について研究が積極的に進められています。

『生活習慣病の予防』

水溶性の食物繊維であるフコイダンには、腸の中で水分を抱えこんで不要な糖分やコレステロールを吸収し排出する働きがあるとされています。また、動物を使った実験において、体重増加を抑制する作用や血糖値の上昇を抑制する作用があるという実験結果も報告されています。

『美容への効果』

シミやシワといった老化現象の原因のひとつに「細胞の酸化」があります。この酸化は体内に活性酸素が増えすぎることによって起こります。フコイダンに期待できる効果として、この活性酸素を抑え、体の酸化を防ぐ「抗酸化作用」があげられています。

また、ガゴメ昆布から抽出されるガゴメ昆布「フコイダン」には、髪の毛の元となる毛母細胞の増殖を促す「FGF-7」というタンパク質の産生を促進する働きがあることが確認され、育毛への効果も期待できます。

『抗アレルギー効果』

体に備わっている免疫機能は、細菌やウイルスといった異物から体を守ると同時に、アレルギー反応を起こすことがあります。体内に異物が入ってくると、その異物と結びつく抗体がつくれます。それら抗体のうち、アレルギー反応に関わるのが「IgE」といわれる抗体です。免疫機能が正常でない状態にあると、この「IgE」が過剰に生成され、過剰な免疫反応が起こってアレルギー症状が現れます。フコイダンは免疫機能を整え、「IgE」の過剰な生成を抑える働きがあるとされています。



フコイダンに含まれる必須アミノ酸

・フェコルアラニン	・リジン	・トリプトファン
・ロイシン	・ヒスチジン	・メチオニン
・イソロイシン	・バリン	・スレオニン

■フコイダンとは、

当社が取り扱う製品の最大の付随である「フコイダン」とは、多糖と多糖の一種で、昆布やワカメ・モズクなどの褐藻類の表面を覆う「スルファ成分」に含まれる硫酸多糖類、または食物繊維の一種です。フコイダンは、海藻が乾燥や塩、紫外線などの外的刺激から自らを守り、乾燥や損傷を防ぐバリアの役目を持っています。また、ダメージを受けた組織を自ら正常な状態に戻す働きも持っています。この優れたバリア機能と自然治癒力が、私たちの肌にもハリと潤いを与えてくれます。



■フコイダンの定義

純粋なフコイダンはフコース、キシロース、ガラクトース、ウロン酸類（糖鎖によってはマンノースも含む）で構成されています。フコイダンについてはまだ明確な定義付けがなされていませんが、通常、構造的にフコースのみを持つものを「フコイダン」、フコース以外の糖を含むものを「フコイタン（糖鎖糖）」と称しています。

「フコイタン」は免疫調節やアレルギー抑制の働きとともにその効果は高まり、3年ほど前までは「フコイタン」が主成分を含有するには13%以上の糖鎖含有率が必要とされてきましたが、フコイタンが主成分を含有するには13%以上の糖鎖含有率が必要とされてはなりません。

プラセンタ

お肌が白いか黒いかは、皮膚の中にあるメラニン色素の量で決まります。メラニン色素が多いほど皮膚は黒く見えるため、白いお肌をキープするにはメラニン色素を増やさないようにすることが大切です。プラセンタはメラニン色素に様々な形で作用し美白効果をもたらします。

人の胎盤には胎児の発育成長に欠かせない活性化物質や高純度な栄養素が含まれており、新しい細胞の増加や新陳代謝の促進など、多くの働きをします。これらの有効成分を最新の技術で抽出精製したものを『プラセンタ』と言い、『**新陳代謝を活発にする**』『**自然治癒力を高める**』といった基本作用にすぐれているため、**美容効果も大いに期待できる**ものです。

では、**プラセンタはメラニン色素にどのように働きかけるのでしょうか。**具体的な作用について見てみましょう。

作用1「メラニン色素の過剰な産生を防ぐ」

プラセンタには、メラニン色素の産生に深く関わるチロシナーゼという物質の働きを抑える作用があります。また抗炎症作用や活性酸素除去作用もあるため、それによりメラニン色素の産生を阻止することができます。

作用2「メラニン色素の黒化を阻止する」

活性酸素除去作用により、メラニン色素による皮膚の黒化現象を防ぎます。

作用3「メラニン色素の排泄を促す」

肌のターンオーバーが正常な状態の時は、増加したメラニン色素は表皮細胞に運ばれ排出されます。しかし新陳代謝の乱れやホルモンバランスの崩れなどで排出が滞ると、シミやお肌のくすみとなって残り、なかなか消えなくなってしまいます。プラセンタは新陳代謝を活発にし、色素の排泄を促す作用があります。この働きにより、日焼けの黒さが早く抜けるというわけです。

また『**肝斑**』の改善にも期待ができます。**肝斑とはシミやくすみの一種**で、両頬の左右対称に淡い茶色でうっすらと現れる色素斑のことです。10代後半から60歳くらいまでの女性のみみでできるシミで、30~40代女性に最も多いのが特徴です。

肝斑は女性ホルモンの影響を強く受けているシミですが、紫外線やかぶれなどの皮膚炎、皮膚をこする、たたくなどの刺激による炎症も発症の引き金になると考えられています。

プラセンタは女性ホルモンのバランスを整えるほか、皮膚の炎症を鎮静したり新陳代謝を促す作用もあるため、肝斑の症状改善に効果を発揮します。また、生理前のニキビや炎症を起こして赤くなったニキビの改善にも役立ちます。



プラセンタに含まれる主な成分

アミノ酸 肌を潤す、くすみ減少、コラーゲン再生など、美肌にとって欠かせない成分。	脂質、脂肪酸 エネルギー源、細胞膜の構成成分。不足すると肌荒れなど。
タンパク質 ご存知美肌に欠かせないコラーゲンのもと	ムコ多糖類 (ヒアルロン酸、コンドロイチンなど) 保水維持の味方ヒアルロン酸
糖質 極端に減少すると体力免疫力の低下に。	核糖 核糖が減ると老若につながる。細胞を活性化
ビタミン類 (B1,B2,B5,B12,C,D,E,ナイアシンなど) 口唇食でなかなか足りないビタミン類。	酵素 酵素が不足すると血液がどろどろに。
活性ペプチド いくつかのアミノ酸からできていて、体には抗生物質として必要。	ミネラル (カルシウム、ナトリウム、マグネシウム、カリウム、鉄など) 現代人はミネラル不足の人が多く、ミネラルが減ると体の不調が出やすくなる。



ヒアルロン酸

『ヒアルロン酸』は、動物の身体の部位のうち、皮膚や軟骨、眼球などに多く含まれています。たとえば、豚足、鶏皮、手羽、鶏冠（とさか）、フカヒレ、魚の目玉の他、海ぶどうや天草などの海藻類、と食品の種類は豊富です。鶏肉や豚肉の場合には、比較的日常的に取り入れやすいのですが、その他はなかなかお目にかかるれないものが多いです。

では、経口摂取した『ヒアルロン酸』は体内でどのような働きをするのでしょうか。

『ヒアルロン酸』は、皮膚において水分を保つ働きがあります。人間の皮膚は外側から順番に、「表皮・真皮・皮下組織」の3つの層に大きく分けることができます。なかでも表皮の約10倍の厚みがある真皮は、多くのヒアルロン酸を含んでいます。真皮のコラーゲンやエラスチンなどの主要な構成要素の隙間に存在しており、水分を抱え込む役割を持っています。真皮のヒアルロン酸が少なくなると水分を保持できず、皮膚の表面が乾燥し肌のハリもなくなっていきます。

つまり、『ヒアルロン酸』は細胞と細胞の間でクッションのような役割を果たしているのです。1gあたり6Lの保水力があるとされています。

体内の『ヒアルロン酸』は、年齢を重ねるごとに減っていきます。皮膚のヒアルロン酸濃度は、およそ40歳後半から下り坂になると言われています。ヒアルロン酸の量が減ると弾力と潤いが低下し、肌荒れやかさつきの原因にもなります。

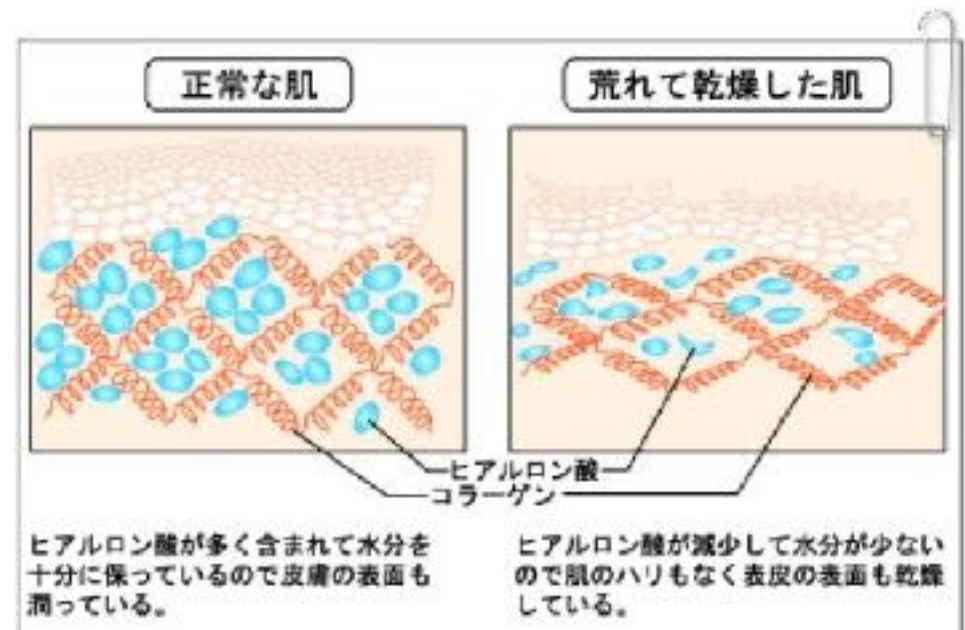
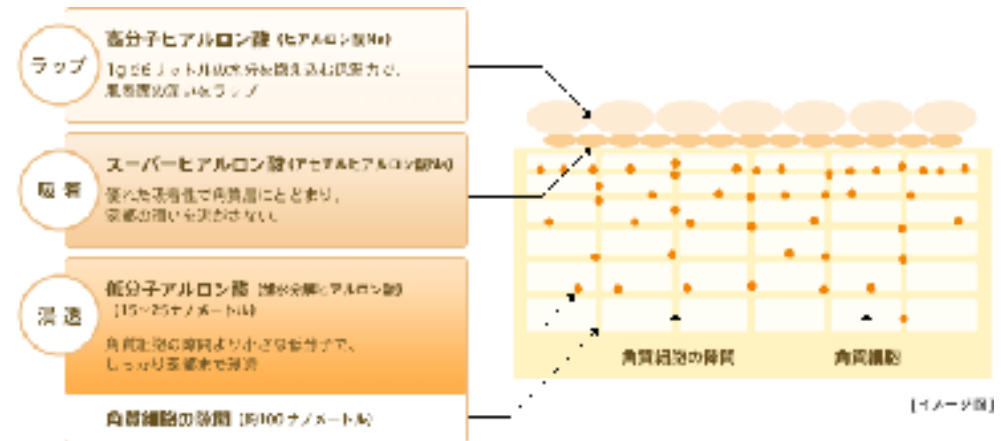
『ヒアルロン酸』は、真皮にある線維芽細胞が作り出しています。線維芽細胞は他にも、コラーゲンやエラスチンなど肌のハリにかかせない成分を作り出しています。線維芽細胞は組織が損傷した時に大量のコラーゲンを作り出して修復を助けるなど、非常に優れた働きをします。

その線維芽細胞が衰えてしまうと、『ヒアルロン酸やコラーゲン、エラスチン』などの新陳代謝がスムーズに行われなくなってしまい生成も滞ります。すると、肌のハリや弾力が失われていきます。特に『ヒアルロン酸』が失われると水分が減少するため、シワやたるみの原因になります。実はこの線維芽細胞は、年齢を重ねるごとに数が減少したり働きが衰えたりすることが解っています。また紫外線やストレス、化粧品による影響などによってもその働きが低下します。

ハリのある肌を保つためには、ヒアルロン酸を生み出すこの「線維芽細胞」の数と、その働きをキープすることが重要です。

また、もともと食品に含まれているヒアルロン酸の分子量はとても大きいため、腸から吸収されにくかったのですが、最近はこの分子量の大きさをできるだけ小さくする技術が開発されたことによって、体内への吸収率が高い低分子ヒアルロン酸を使ったサプリメントやドリンクが出回るようになりました。

現在確認されているヒアルロン酸配合のサプリメントの効果としては、摂取前後で膝痛の軽減が認められた、皮膚の水分保持力が高まった、というケースが報告されています。



葉酸

「葉酸」とはあまり聞きなれない言葉かもしれませんが、実は体にとって重要な役割を担う栄養素のひとつでもあります。そこで、葉酸の成分をはじめ、具体的にどのような効果があるのかについてご紹介します。

葉酸は、末梢神経が何らかの原因で傷ついた場合、その修復には末梢神経の構成成分であるたんぱく質を補給する必要があります。そのたんぱく質が生成される時に必要なのが葉酸です。

では、実際の効能はどうでしょうか。

■貧血予防

葉酸が不足した状態だと赤血球の生成が不十分になるため、貧血の原因にもなります。ビタミンB群の一種である葉酸は悪性貧血を予防するビタミンB12と共に、赤血球の生成を助ける働きをしていることから「造血のビタミン」とも呼ばれ、貧血を予防する働きがあります。

■動脈硬化の予防

アミノ酸の一種であるホモシステインは動脈硬化を引き起こす物質であり、その量が体内に増えると血栓症が起こりやすくなるといわれています。葉酸はホモシステインを無害な物質に変換する働きがあるため、動脈硬化を予防する栄養素としても注目されています。

■胎児の先天性異常の予防

葉酸は、細胞分裂・増殖が活発に行なわれる胎児にとっては必要不可欠な栄養素です。特に、神経管（脳や脊髄など）が形成される妊娠初期には必須で、この時期に葉酸を十分に摂取することで、神経管閉鎖障害という胎児の先天異常の発症リスクを軽減することができます。

神経管とは脳や脊髄（せきずい）などの中枢神経系の基礎となるもので、妊娠7週目までには形成されます。この時期に核酸や細胞の分裂・増殖に関わる葉酸が不足し神経管の形成に影響を及ぼすと、二分脊椎（にぶんせきつい）や無脳症といった神経管閉鎖障害が起こりやすくなります。

二分脊椎は脊椎の中にあるべき脊髄が外に飛び出してしまう状態で、歩行や排泄機能に障害が残ることがあります。無脳症は脳が欠損や縮小、発育不全を起こした状態で、流産や死産の確率が高くなります。厚生労働省では妊娠の1ヶ月以上前から積極的な葉酸の摂取を呼びかけており、1日に摂取したい推奨量は非妊時が240マイクログラム、妊娠時だと2倍の480マイクログラムです。

■粘膜を保護する

葉酸が不足した場合、細胞の分裂が不十分になり粘膜の機能低下が起こります。葉酸は皮膚や粘膜を強くする働きがあります。

■脳の機能を改善する

葉酸には動脈硬化を予防する働きがあり、血流を正常に維持することで聴力障害や認知症の予防効果があるとされています。

■美容効果

葉酸は粘膜の代謝機能を高める働きがあり、「肌の粘膜」である皮膚の代謝機能も同じように高めてくれます。

赤ちゃんの皮膚が作られるのに役に立つのもそのため、もちろん赤ちゃんがお腹にいない場合でも、摂取した人の肌の代謝機能を高めてくれるというわけです。加齢によって弱くなったターンオーバーの機能も葉酸を摂取することによって、ある程度回復することができます。妊娠に関わらず、肌の代謝が弱くなるのは20代後半からだといわれていますが、それより前から積極的に摂取していただいで問題ありません。皮膚の新陳代謝が活発になれば、シミやニキビができて治癒できるための「基礎力」は向上します。紫外線を避けたり、肌の余分な皮脂を洗い落とすことはもちろん必要ですが、よりきれいになるために効果的だということです。

また、葉酸は造血作用もあるので、血行が良くなり、肌荒れの解消全般に役に立ちますし（血行が悪いと肌によくない老廃物などが溜まってしまいます）、便秘解消効果もあるので、腸内環境がよくなり腸内に溜まる毒素などからできる肌荒れも解消できます。

肌にとっても葉酸はよいことばかりだとイメージできたのではないのでしょうか。しかし、日常生活の工夫、特に食事の改善だけではなかなか肌荒れを解消できるだけの「基礎力」を作る葉酸は摂取できません。



※参考：女性の月経周期はおおよそ26〜35日を1周期として維持されています。

コンドロイチン

関節の痛みをやわらげる成分として一般的に知られている『コンドロイチン』ですが、その効果は多岐にわたります。『コンドロイチン』はもともと人の体に存在する成分で、軟骨や骨、角膜、皮膚、各臓器などで保水性・弾力性を与えており、また、栄養の消化・吸収・代謝を促すのもコンドロイチンの役割ですが、コンドロイチンは年齢を重ねると共に、体内で十分に生成されなくなってしまいます。

では、実際の効果は何なのでしょう。

『関節の痛みを和らげる効果』

骨と骨のつなぎ目である関節部分には軟骨があり、やわらかいクッションのような役目を果たしています。弾力のある軟骨があるおかげで、摩擦や衝撃から関節を守れているのです。コンドロイチンは、この軟骨に多く含まれています。しかし、加齢と共にコンドロイチンが減少すると、クッションの働きが衰えて軟骨は次第にすり減って行ってしまいます。すると、それまで軟骨に守られていた骨同士が直接ぶつかり合い、痛みが生じてしまいます。関節痛の緩和にコンドロイチンの補給がよいとされるのは、このためです。

『骨粗しょう症を予防・改善する効果』

コンドロイチンは、骨の主成分であるカルシウムの代謝にも関係しています。つまり、コンドロイチンには骨の成長を助ける働きがあるということです。そのため、カルシウム不足が主な原因となる骨粗しょう症の予防・改善にも、コンドロイチンは効果的とされています。骨折の回復を早めたいときに、コンドロイチンを補うこともあります。

『目の健康を維持する効果』

コンドロイチンは涙の成分に近いため、特にドライアイの予防と改善に有効といわれています。ドライアイ用の目薬に配合されることも多いです。その他、白内障の手術をした際に起こる眼圧の上昇を抑えるために使われることもあります。

『高血圧や動脈硬化を防ぐ効果』

コンドロイチンは涙の成分に近いため、特にドライアイの予防と改善に有効といわれています。ドライアイ用の目薬に配合されることも多いです。その他、白内障の手術をした際に起こる眼圧の上昇を抑えるために使われることもあります。

『腎疾患を改善する効果』

コンドロイチンは体内を構成している物質をつないでいる結合組織の主要成分です。細胞を正常にする働きがあるので、腎疾患を改善する効果も期待できるといわれています。

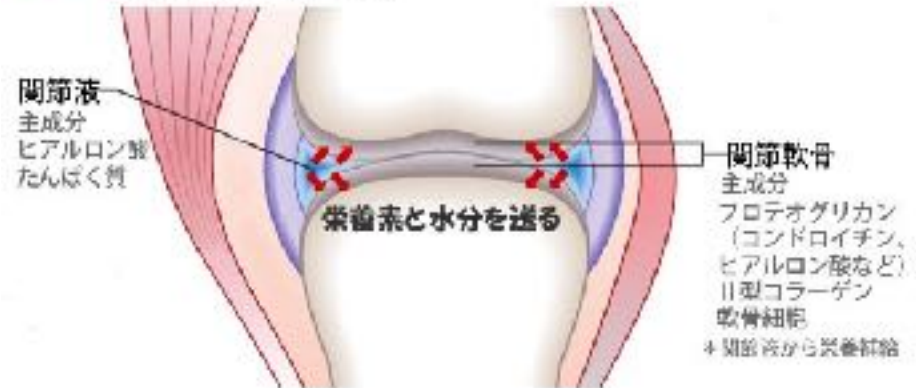
『美容効果』

コンドロイチンの特徴のひとつに、高い保水力があります。よって、みずみずしい肌を維持するのに欠かせない成分ともいわれています。肌だけでなく、つややかな髪や爪を保つのに必要です。

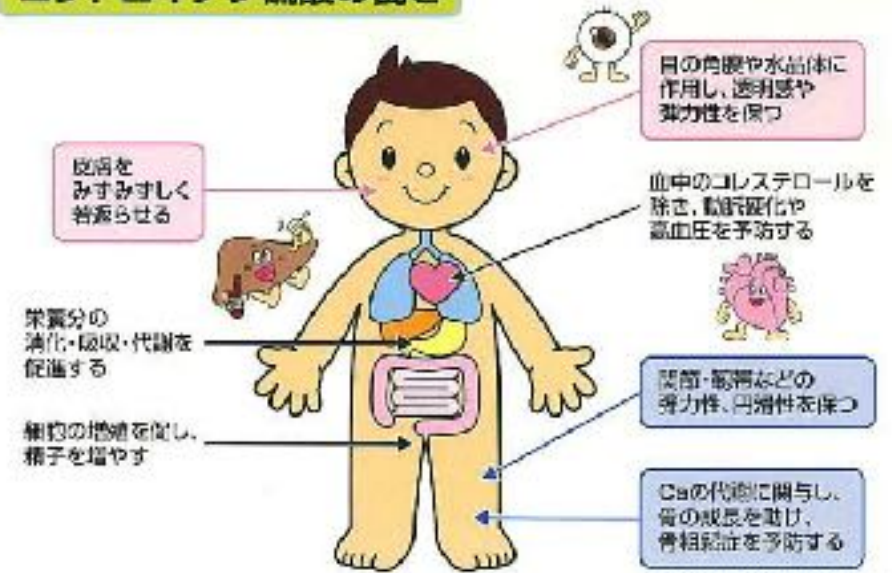
まずは、関節軟骨をスポンジと考えてください。

役割1 グルコサミンでプロテオグリカンを作る

役割2 コンドロイチンが関節液から関節軟骨中のプロテオグリカンへ栄養素と水分を送る



コンドロイチン硫酸の働き



グルコサミン

関節痛に有効だとされる『グルコサミン』には、実際にどのような効果や効能があるのかお伝えします。また、グルコサミンの効果は科学的に認められているのでしょうか？

まず、関節に対するグルコサミンの効果は、大きく分けて2つあるといわれています。

『関節痛を改善する効果』

グルコサミンは軟骨の摩擦を抑制する働きがあるため、関節痛や変形性関節症の痛みや腫れを改善する効果が期待できます。傷ついた関節軟骨を修復し、再生を促すといわれているので、ひざの痛みで歩行が困難な方に適していると言えるでしょう。

『関節軟骨の強度を高め、柔軟性を上げる効果』

グルコサミンには、骨をつくりだす軟骨芽（なんこつが）細胞を刺激して活性化させ、軟骨の生成を促す働きがあります。軟骨は関節のスムーズな動きを可能にし、衝撃から守るためにも欠かせないので、強度を高めておく必要があるのです。

また、グルコサミンは軟骨部分でクッションの役割を果たしているプロテオグリカンをつくる材料でもあります。

年齢を重ねると減ってしまうグルコサミンを補うことで、関節軟骨を強化し、柔軟な動きをできるように保つとよいでしょう。

ほかにも、グルコサミンには細胞の炎症を抑える作用や、血液中の血小板が固まるのを抑える働きもあります。

『グルコサミンの効果に関する科学的根拠は？』

グルコサミンの臨床試験は、日本や欧米で数多く行われています。そして、関節炎や関節症の痛みを軽減して改善する効果があるという報告も出されています。

一般的にサプリメントの臨床試験は動物実験で行うことが多く、人体実験は実施されないことがあるのですが、グルコサミンにおいては人体に対してサプリメントとしての効果があるとの研究結果もあります。

たとえば、グルコサミンを3年に渡って1,500mg内服した結果、同様に偽薬を内服した人に比べて、ひざ関節の軟骨が減少する割合が小さくなり、ひざ関節の痛みや関節機能が改善したとの報告があります。この結果は、「痛みが軽くなった」という主観的な感想だけによるものではありません。科学的に評価するために、膝のレントゲン画像を測定しています。この研究でグルコサミンを服用し続けたことで、関節軟骨の減少が5分の1まで改善したことがわかりました。

また、変形性関節症と診断された人を対象にした試験も行われています。この試験では、グルコサミンを摂取する前に比べて「ひざの痛み」が80%、「日常生活のしやすさ」が50%ほど改善したと確認されました。

最近では、グルコサミンが関節や軟骨に働きかけるメカニズムに関する研究も進められています。そして、グルコサミンには軟骨の代謝を整えて損傷した軟骨の修復を促進する効果があることや、炎症を抑える働きがあることがわかってきており、また、コンドロイチンとの併用により更なる効果があるとされています。



グルコサミンとコンドロイチン

一緒の方が
何でいいの？

攻めの

グルコサミン

- ・軟骨を再生・修復
- ・関節痛の痛みを緩和

グルコサミンは体内で作られて
関節、皮膚、血管、髪などで
弾力を保つ働きを作ります。

※年齢を重ねるごとに、体内で
グルコサミンを作る力は衰えます

守りの

コンドロイチン

- ・軟骨の維持
- ・骨の摩擦の緩和

関節液を吸収する役割をしている
のがコンドロイチン

※年齢を重ねるごとに、
体内から減少します。

マカ

マカには私たちが体内では作ることのできない必須アミノ酸をはじめとし、身体の調子を整えるビタミン、ミネラル、その他アルカロイドやデキストリン、サポニンなど、様々な栄養素が豊富に含まれています。さらにマカの優れている点は、これらの栄養素が相乗効果で働くということです。身体の不調は食習慣や生活習慣の乱れ、ストレスなどによって、体内の栄養素が不足するために引き起こされるものです。不足している栄養素を補うことが、それらの不調の改善に役立ちます。

では、実際にマカの効果は一体何なのかを説明していきます。(効果の一部)

『ED(インポテンツ・勃起不全・勃起障害)の解消』

亜鉛は性機能の維持に関与しているミネラルでアルカロイドやデキストリンの相乗効果で正常な勃起へと導きます。

『精子の運動率を活性化』

性機能を維持するために必要なミネラル・セレンによって元気な精子を作るのに役立ちます。

『不妊症の解消』

- ・女性の不妊=アミノ酸の中には女性ホルモン分泌を促進するものがあり、妊娠に向けての体作りに役立ちます。
- ・男性の不妊=マカに含まれるアルギニンや亜鉛が男性の性機能の維持に関与しています。

『更年期障害の解消』

男女ともに更年期障害の原因として、ホルモンのバランスが崩れることがあります。マカに含まれる豊富なミネラルやアミノ酸がホルモンの調整に関与し、更年期の辛い症状を緩和してくれます。

『老化防止』

酸化ビタミンとも言われるビタミンEや成長ホルモンの分泌に関与しているアルギニンの働きによって身体の老化を
防ぎます。

『疲労回復・ストレス解消』

ビタミンB群やカルシウムによって自律神経を強化します。

『肌荒れ改善』

皮膚の新陳代謝を高めるビタミンB群やお肌の老化防止に役立つビタミンEによって、血色の良い健康な皮膚を保ち
ます。

『集中力の向上』

脳を活性化させるのに必要なアミノ酸・チロシンや神経伝達に関与しているビタミンB12の働きにより、集中力の向上に
役立ちます。

その



酵素

(80種類以上の野菜や果物からなる植物発酵エキス)

酵素にはさまざまな効果や効能がありますが、とくに代表的なものとしてまず次の2つが挙げられます。

『デトックス効果』

栄養価の低いインスタント食品やファストフード、パン食や麺類などの偏った食事を摂り続けていると、本来摂るべき栄養素である酵素をはじめ、タンパク質やビタミン、ミネラル、食物繊維などが慢性的に欠乏した状態となってしまいます。機能が低下した内臓では、食べたものを消化・吸収して老廃物を排出することができなくなってしまいます。

代謝が悪くなったカラダでは「血液の健康」も悪化してしまいます。脂質異常症や動脈硬化の原因となるいわゆる「ドロドロ血液」を改善することが、万病の予防になることは言わずもがな。酵素食品を日常的に摂取していれば、血液の健康維持に役立ちますし、デトックス効果によって肌あれやむくみなども解消できる可能性があるのです。

『腸内環境改善効果』

さまざまなストレスからヒトを守る免疫システムのじつに80%が腸の中(コロニー)にあるとされています。腸内環境の改善は、元気で長生きするための最大にして永遠の課題でもあるのです。本来腸のコロニーに住んでいるはずの善玉菌が死滅している状態では、免疫システムは機能しません。

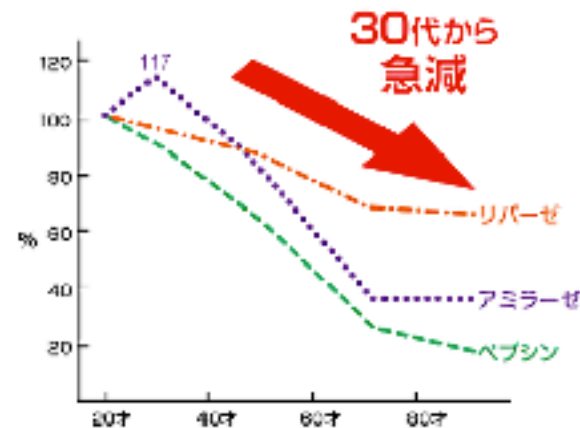
酵素食品は食べた物の消化を助ける役割を果たすだけでなく、腸内環境を改善することにより本来の免疫システムを機能させ、悪玉菌を減らす効果が期待できます。悪玉菌が減ることで便秘が解消されるのはもちろん、ガスが発生しにくくなるため口臭や体臭などの予防にもつながります。

また、こういった意見もあります。

酵素がお肌の新陳代謝を高めてくれる

さらに女性にとってうれしいのは、「腸内環境の改善が美肌への近道である」ということ。なぜなら酵素食品を摂取することで便秘も改善され、栄養を吸収する能力もアップ。肌細胞が生まれ変わるサイクルであるターン・オーバーも正常化して、新陳代謝を高めると考えられているからです。ダイエット効果だけでなくお肌もキレイになるなんて、なんとありがたい効果・効能でしょう。酵素のデトックス効果と腸内環境の改善効果によってさらにカラダの代謝が活発になるわけですが、ダイエット効果や便秘改善効果の副産物として、お肌や髪にも効果が期待できるのはありがたいことです。こうしたことから、最近では「アンチエイジング効果」を期待して摂取するケースも増えていて、エステティックサロンはもとより、美容系クリニックなどでも扱われることが増えています。ダイエット効果と美肌効果の一石二鳥だとすれば、女性が興味を持つのも当たり前のことかもしれませんね。

酵素は年齢とともに急減



※リパーゼ、アミラーゼ、ペプシンは、代表的な酵素の種類です

※酵素食品と健康の最新情報2020(丸善堂出版)より

酵素が人気の理由はズバリここ！

♥ ダイエット

食物の消化・吸収・代謝がスムーズになり、痩せやすく、支りにくい体を作ることができ、体内に蓄積された余分な脂肪の燃焼を促進！

♥ 美肌・アンチエイジング

新陳代謝力がぐんとアップするので、衰えた肌のターンオーバー機能を復活させ、美しい肌を維持！

♥ デトックス

体内の毒素を汗や尿として排出させるデトックス効果があり、ぽっこりお腹や肌荒れをすっきり解消！

♥ 免疫力の向上

血液がきれいになり循環がよくなるので、冷え性・むくみ・肩こり改善、生活習慣病予防にも効果があり！



2・消費者のお得感と購買意欲（1）

前項までにご説明を致しました通り『豊潤青汁・和みゆたか』には豊富な栄養素を配合しており、また他社にはないもう1つの魅力があります。

それは、消費者目線で考えた場合のコストパフォーマンスに優れているということです。では、実際に他社の販売価格と擦り合わせて弊社の青汁が何れ程コストパフォーマンスに優れているのかを説明させて頂きます。

まず、サプリメント業界最大手の『DHC』良い素材を安価にて提供している会社で有名ですが、例えば、そのDHCが実際に販売している各サプリメント1ヶ月分の価格を明記していきます。

- 乳酸菌=1,134円（税込）
- フコイダン=2,160円（税込）
- ブラセンタ=1,286円（税込）
- ヒアルロン酸=1,420円（税込）
- フィッシュコラーゲン=813円（税込）
- 葉酸=258円（税込）
- コンドロイチン=977円（税込）
- グルコサミン=874円（税込）
- マカ=1,749円（税込）
- ブルーベリー=906円（税込）
- 酵素=1,338円（税込）
- 計=12,915円（税込）

となり、更に一般的な青汁の代表として楽天ランキングにて常に上位に位置する『青汁満葉』の料金（3,240円税込）を加えると、『16,155円（税込）』になります。

DHCは、配合バランスが違います!
DHCの健康食品

高品質 低価格 安心体制

楽天ランキング 連続受賞 致しました!

豊潤青汁 1位
16,155円

青汁満葉 2位
3,240円

3・栽培から商品となるまでの拘り



広大な伊豆の畑で農薬を使わず品質を第一に丁寧に栽培し、全て手作業での収穫に拘っております。



収穫後は丁寧且つ徹底した洗浄殺菌を行い、裁断されます。





徹底した衛生管理下での商品作りから何よりも安全であり安心のできる品質であることを第一にしています。

4・管理栄養士の監修

豊田愛魅

東京家政大学を首席で卒業後、管理栄養士としてオーガニックカフェにてメニュー開発を行う。その後実演販売、テレビショッピング・ラジオショッピングなどに出演。人に分かり易く伝える事を得意とし、その経験を活かし現在では、

- ◆美容ライターとしてコラム執筆
- ◆コスメニスト初代編集長
- ◆セミナー・講演
- ◆ラジオ、雑誌、TVなど各種メディア出演
- ◆食品会社さまはじめ、企業さまとのコラボレーション・タイアップ、商品開発
- ◆その他、タレントとしてMC、サロンモデルなど幅広く活動しています。スボラ美容術が人気の管理栄養士です。

【お仕事事例抜粋】

『出版』
～ガン、認知症、糖尿病を予防する～ 『にんじんドレッシング健康法』発売決定！

企画段階から参加！にんじんドレッシング11種類のレシピと30種類の応用料理メニューを開発。撮影のための調理も担当。石原新菜先生と共同出版！

美容・レシピ本「美人をつくる栄養レッスン」も発売決定！

テレビ番組でも取り上げて頂いたヘルシーなレシピ、トマトすき焼き/チアシード入り漬け丼/なんちゃって寒天フレンチトーストなど多数掲載！甘酒パンケーキも絶品。

- 『TV出演・協力etc…』
- ◆TBS系列 『さんまのからくりTV』
 - ◆テレビ朝日系列 『お試しかつ！』
 - ◆テレビ朝日系列 『中居正広のミになる図書館』多数
 - ◆フジテレビ系列 『情報LIVE!直撃グッディ』
 - ◆フジテレビ系列 『ノンストップ!』多数
 - ◆TOKYO MX 『おしえて！美bien!!!』準レギュラー講師
 - ◆フジテレビ系列 『バイクキング』多数
 - ◆TBS,MBS系列 『林先生が驚く！初耳学』
 - ◆日本テレビ系列 『シューイチ』
 - ◆テレビTOKYO系列 『なないろ日和』ゲスト出演
 - ◆TBS系列 『あさチャン!』
 - ◆フジテレビ系列 『これ聞け！アカデミー』番組監修
 - ◆フジテレビ系列 『#ハイボール』多数
 - ◆TOKYO FM 『太田胃散 presents DAIGOのOHAYO-WISH!!』数回

『広告出演』
<アクエリアスビタミン>
◆ブランドサイト
◆コマース映像

<アサヒビールタイアップ>
◆アサヒスタイルフリー
◆アサヒオフ

『美容セミナー講師・登壇』
◆SK-II Beauty Escapeトークセッション出演
◆サイバーエージェントさま
管理栄養士が教える美容セミナーレポート1
管理栄養士が教える美容セミナーレポート2

