



## スピルリーナって何？

- スピルリーナは、100%自然の藻です。
- 南アメリカやアフリカの大自然に育成するアルカリ性食品です。
- 古くから、様々な地域で栄養価の高い食品として、取り入れられてきました。

## なぜ、スピルリーナ？

- スピルリーナには、現代人に不足しがちなミネラルやビタミン(蛋白質の吸収を高める)がどの野菜や果物、ハーブよりも豊富。
- スピルリーナの良質な蛋白質は、人間の体内で合成できない必須アミノ酸を多く含んでいます。
- 脂肪の酸化を妨げるビタミンE、βカロチンがいっぱい。
- 非酸化ヒコシアニンとは、スピルリーナにだけ、含まれています。

## 100g 中の栄養素

蛋白質	60-63%	牛肉、豚肉、魚の3倍; 卵の6倍以上; 大豆の2倍以上
ミネラル	7-13%	カルシウム、カリウム、マグネシウム、じんく亜鉛、リンを含む
ファイバー	8-10%	小麦、トウモロコシの4倍
ビタミン 12	0.2-0.3mg	動物レバーの3~4倍
βカロチン	140-330mg	にんじんの5倍 ほうれん草の40倍
炭水化合物	15-25%	
水分	6-8%	
クロロフィル (葉緑素)	1000-2000mg	
カルシウム	130mg	牛乳の10倍
鉄分	33mg	ほうれん草の65倍 牛肉の30倍、大豆の5倍



## スピルリーナ - ナの効用は？

### 元気促進

スピルリーナは、クロロフィル(葉緑素)とフィコシアニンを豊富に含んでいます。フィコシアニンは、太陽の光を吸収し、エネルギーを作り、あなたの元気を促進します。

### 栄養補給

菜食を好む人に不足しがちなビタミン12や鉄分、アミノ酸の補給に最適。

### 適切なPHレベルの維持

健康な体のPHレベルはややアルカリ性の7.35~7.45。過食ぎみや外食、清涼飲料、加工食品に依存しがちな現代人の体は、やや酸性ぎみになる傾向があります。様々な医療調査によると、酸性化した体は病気にかかりやすく、癌になる危険性も指摘されています。

### 補助食品

スピルリーナには、60%以上の良質蛋白質が含まれています。この蛋白質の質は人間の体内で合成できない必須アミノ酸がバランス良く配合されているかどうかで決まります。アミノ酸が不足すると、体力や免疫力が衰え、内蔵機能の低下にも繋がります。スピルリーナには、必須アミノ酸がバランス良く配合されているだけでなく、非必須アミノ酸も含まれています。

また、スピルリーナには、魚や海草類にだけ含まれるオメガ3、女性の健康に不可欠なガンマリノール酸が含まれています。

オメガ3は、乳児の発育に重要な役割果たし、コレステロール値の低下などに効果があるといわれ、ガンマリノール酸は新陳代謝を助けます。

## スピルリーナ VS 他のビタミン源

ビタミン	スピルリーナ (6g)	他のビタミン源	ビタミン不足に見られる健康障害
βカロチン ビタミン A	12mg	ミルク 28本 りんご 550個	病気にかかりやすい 嗅覚の低下 にきび、皮膚炎 湿疹
B1	0.24mg	いわし 16尾 ご飯 8杯	不眠症 筋肉痛 記憶能力の低下 にきび、湿疹、 免疫力の低下 心臓欠陥
B2	0.24mg	ジャガイモ 4 個	白内障、 視力の低下、 不眠症、胃痛 肌の荒れ、乾燥、 発育障害、 湿疹、女性外陰のかゆみ
B3	1.02mg	レモン 8個	いらいら、 皮膚炎
B6	43.2ug	パン 90g アスパラガス 4本	心臓病、 不眠症、 胃痛、 肌の荒れ、乾燥、 いらいら、湿疹、 皮膚炎
B12	7.2ug	うなぎ 4尾 チーズ 240g	貧血症 老け、 月経異常

健康に異常がある場合には、担当医にご相談ください



## F. A. Q

なぜ Australian Spirulina の錠剤は、色濃く砕けやすいのですか？

ほとんどの製造者は、製造段階で総量の約20%の固型剤を使って、タブレットを硬く、スムーズに仕上げています。我が社ではこうした固型剤はまったく使用していません。ゆるやかな冷却工程で圧力を増し、タブレットの質を保つ努力をしています。純度100%のスピルリーナを高品質でお届けします。

Australian Spirulinaのタブレットは新鮮で色濃く光沢があります。

このタブレットは100%スピルリーナではないので、色も浅く光沢がありません。



これらは、不純物が混合しているため、その白い粒子を見ることができます。

カプセルは内容物を見えにくくされています。オーストラリアでは、TGAに医薬品として登録しない限り、カプセルの使用は禁じられています。スピルリーナは、健康自然食品です

どのくらい服用すればいいのですか？

一日に大人で10~20錠、12歳以下のお子様には6~10錠程度をお勧めします。

いろいろなメーカーがありますが、どのブランドのスピルリーナがよいのでしょうか？

AUSTRALIN SPIRULINAは、100%オーストラリア製、常夏の太陽の恵みを受けて育てられています。栽培から製品化まで我が社が担い、一貫した品質管理の下、優れた製品を提供します。

## 動物性蛋白質 VS 植物性蛋白質

飽和脂肪酸である動物性脂肪は血液中のコレステロール値を上昇させ、過剰に摂取したエネルギーは、体内に脂肪として蓄積され、高脂血症や肥満、動脈硬化の原因となります。

一方、植物性蛋白質の分子は動物性蛋白質に比べ小さく、水に溶けやすいので、過剰な蛋白質は体の外に排出されます。

また、ダイエット中に脂肪を制限しすぎると、脂溶性のビタミン(A,D,E)などの吸収が落ちてしまいます。スピルリーナの植物性脂肪はコレステロールの上昇を抑え、ビタミンの吸収を促進します。



取り扱い店:

Grown in Darwin

100% PURE

AUSTRALIAN SPIRULINA



Produced by:

TAUV Australia Pty Ltd

Berry Springs, Northern Territory

Website: [www.tauv.com.au](http://www.tauv.com.au)

Email: [info@tauv.com.au](mailto:info@tauv.com.au)



PRODUCT OF AUSTRALIA