

VITAL PROTEINS®

COLLAGEN

2026年8月7日
ネスレ日本株式会社

Newsletter

Vital Proteins × mi-mollet コラーゲンって、実はたんぱく質。 キャラクター「コラペ」が解説するコラーゲンペプチドの魅力と取り入れ方

ネスレ日本株式会社（本社：兵庫県神戸市、代表取締役 社長 兼 CEO：島川 基、以下「ネスレ日本」）の
コラーゲンブランド「Vital Proteins（バイタルプロテインズ）」は、株式会社講談社が運営するWEBマガジン
「mi-mollet（ミモレ）」と連携し、昨年より展開している「コラーゲンは、美容たんぱく質※1）」をテーマとした情報発信を
継続しています。

近年、「コラーゲンとは何か」といった基礎理解や、「コラーゲンサプリ」「飲むコラーゲン」など日常的な取り入れ方へ
の関心が高まる中、本取り組みでは、こうした疑問に分かりやすく応えるコンテンツを展開しています。

（※1）美容意識の高い方々に親しまれているたんぱく質のこと。

今回新たに、「mi-mollet（ミモレ）」のキャラクター「コラペ」を起用し、「collagen peptides（コラーゲンペプチド）」
の基礎知識から日常生活への取り入れ方までを分かりやすく紹介。内側から整える美容習慣の浸透を応援します。



「colla-pe（コラペ）」は、mi-mollet 公式 Instagram で好評配信中！
[mi-mollet公式Instagram](#)



コラーゲンペプチドをモチーフにしたキャラクター
「colla-pe（コラペ）」

■たんぱく質をもっと身近に

たんぱく質を意識する生活者が増える一方で、「何を、どのように、日々の食生活に取り入れればよいのか」という具体的な実践方法については、十分に理解されていない現状があります。

2023年のたんぱく質に関する消費者意識調査^(※2)では、厚生労働省が示すたんぱく質摂取量を認知し、その量を意識して摂取していると回答した人は8.2%でした。また、2024年のたんぱく質意識調査^(※3)では、「たんぱく質を摂取したい気持ちが高まっている」と回答した人は28.5%と、2022年、2023年に続き約3割の水準を維持しています。

一方で、「たんぱく質の種類による“質”の違い」への興味は、摂取量や手軽な摂り方への関心より低い傾向が示されています。

(※2) 日本ハム株式会社 ライフスタイル研究室【たんぱく質摂取に関する調査】より

(※3) 医薬通信社【「たんぱく質を摂取したい気持ちが高まっている」人は約3割 めざせ1日80g! たんぱく摂ろう会が意識調査】より

■コラーゲンを体に取り入れやすくした形、コラーゲンペプチドとは

コラーゲンペプチドは、コラーゲンを低分子化した成分です。コラーゲンよりも分子量が小さいため、体内に取り込みやすいことが特長とされています。

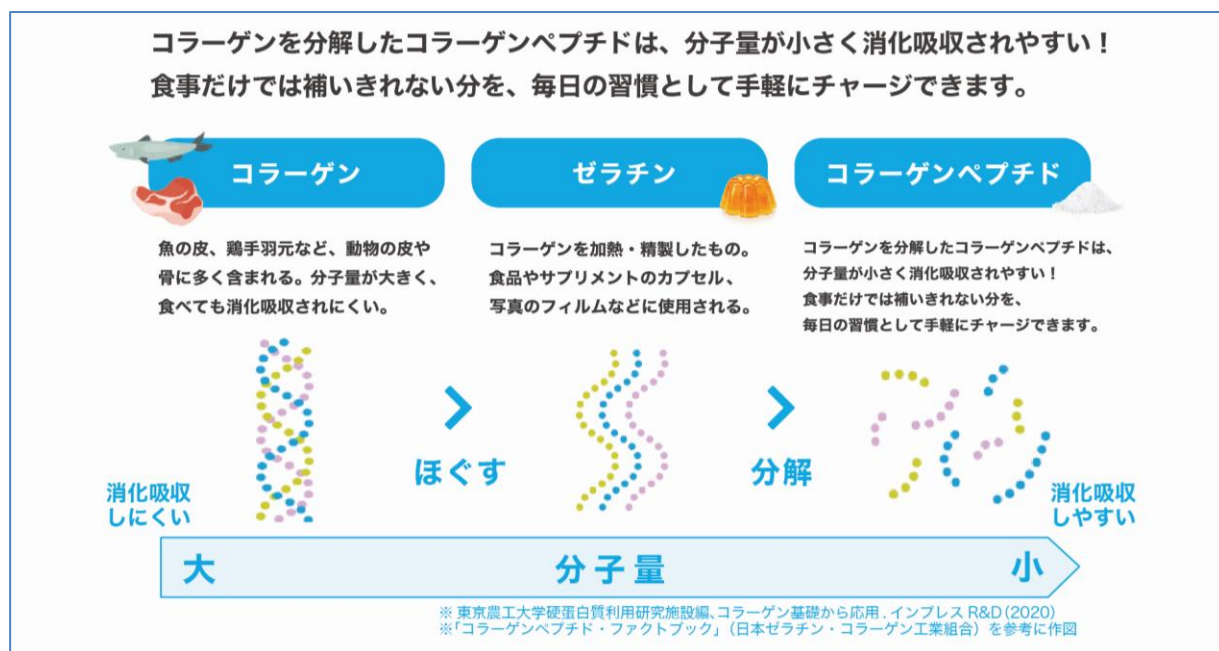
<特長>

- 分子が小さく、水に溶けやすい
- 毎日のたんぱく質補給の一助となる
- 飲み物や食べ物の味を損ないにくいものも増えている

また、一般的なコラーゲンや、加熱して溶かす必要のあるゼラチンと比べて、飲み物や食品に混ぜやすい粉末状であることから、日々の食生活に取り入れやすい成分として知られています。

コーヒーや紅茶、スープ、ヨーグルトなど、いつもの食事に加えるだけで手軽に取り入れることができ、毎日の食習慣に無理なく続けやすいことも魅力のひとつです。

美容たんぱく質として親しまれている「コラーゲン」について、より理解を深めていただけるよう、「colla-pe(コラペ)」を通じて、コラーゲンペプチドの特長や日常生活への取り入れ方を、親しみやすく分かりやすく紹介していきます。



■毎日の食生活にコラーゲンペプチドを取り入れるアイデア

- ◇ 朝のコーヒーや紅茶に混ぜる
- ◇ ヨーグルトやスムージーに加える
- ◇ スープや味噌汁など、日常の食事に取り入れる

＼さっと溶けるから続けやすい／

＼無香料だからいつもの飲み物に／



コーヒーに



ヨーグルトに



スムージーに

■コラーゲンペプチドの研究からわかってきたこと

コラーゲンペプチドに関する研究は、国内外で数多く行われています。2005年に発表された研究では、コラーゲンペプチドを摂取した後、人の血液中にどのような形で存在するかが調べられました。その結果、摂取後1～2時間で、コラーゲン由来のペプチドが血液中に存在することが確認されました。

特に多く検出されたのが、「Pro-Hyp（プロリル-ヒドロキシプロリン）」と呼ばれるコラーゲン由来のペプチドです。この研究は、コラーゲンペプチドが消化後もペプチドの形で体内に存在することを示した研究として、現在でも広く引用されています。

また、2020年に発表された研究では、コラーゲンペプチドをヨーグルトと一緒に摂取した場合の変化が調査されました。研究では、以下の3つの摂取方法が比較されています。

<摂取方法>

- 水に溶かして摂取
- ヨーグルトに混ぜて摂取
- ヨーグルトで発酵させて摂取

その結果、水に溶かして摂取した場合と比較して、ヨーグルトと一緒に摂取した場合に、血液中で確認されたペプチド量が多いことが報告されました。研究では、乳酸菌由来の酵素による影響が一因として考察されています。

これらの研究は、コラーゲンペプチドが体内でどのように吸収・存在するかについての理解を深めるものであり、現在もさまざまな研究が続けられています。

研究条件と日常生活における摂取環境は必ずしも同じではないため、研究結果がそのまま再現されるとは限りません。しかし、こうした研究は「コラーゲンペプチド」を理解するうえでの参考情報として活用されています。

「colla-pe（コラペ）」では、専門的な研究内容も親しみやすく分かりやすい形で紹介しながら、コラーゲンペプチドの特長や日常生活への取り入れ方に関する情報を発信していきます。

以上

参考情報



講談社が運営するミドルエイジ女性向けWEBマガジン。2025年に創刊10周年を迎える。ファッション、ビューティ&ヘルス、ライフスタイル、エンタメ、キャリア、占いなど、成熟に向かうミドル世代に寄り添う多彩な情報を発信。また、会員登録者へのメールマガジン配信やイベント開催を通じて、読者とのコミュニケーションを深化。人生の第二ステージの入り口に立つ読者に向けて、これからの生き方や選択に役立つヒントを幅広いジャンルで提供。読者会員数は12万人を突破。

<https://mi-mollet.com>

VITAL PROTEINS® COLLAGEN

「Vital Proteins (バイタルプロテインズ)」は、サプリメント大国と言われるアメリカで売上No.1^(※7)を獲得したコラーゲンブランド。品質にこだわったコラーゲンペプチドだけを使用。砂糖・香料不使用^(※8)。多くの方に支持され続けています。

(※7) SPINS US 調べ、US Dollar Sales ベース、2026 年 6 月 14 日までの直近 52 週間の売上。

(※8) 栄養成分表示 [大さじすりきり約2杯程度(10g)当たり] 熱量:36kcal、たんぱく質:9g、脂質:0g、炭水化物:0g(糖類:0g)、食塩相当量:0.0g~0.12g/コラーゲンペプチド:10g

<https://vital-proteins.jp/>

ネスレ日本について

ネスレ日本は、スイスに本社を置く世界最大の総合食品飲料企業ネスレの日本法人で、1913年(大正2年)に創業しました。ネスレは、「食と飲料の持つ力で、現在そしてこれからの世代のすべての人々の生活の質を高めていきます」を存在意義(パーパス)として掲げ、安全に、美味しく、環境にも配慮された製品やサービスを皆さまにお届けできるよう、今後も努めていきます。

<https://www.nestle.co.jp/>

本件に関する報道関係者からの お問い合わせ先	PR事務局(株式会社日本経済広告社内) 担当: 尾花・池田 E-mail: nhs_pr@adex.co.jp
その他製品に関するお問い合わせ先	ネスレ日本株式会社 担当: 津田 TEL: 0120-130-650 (受付時間: 午前9時~午後5時 土日祝を除く) E-mail: nhs_pr@jp.nestle.com
一般のお客様からのお問い合わせ先	お客様相談室 TEL: 0120-00-3088