



働く食物繊維モロヘイヤ100%の「あおつぶ」が 「モロマガ」vol.2で“免疫力をアップする”を徹底特集！

笑い／運動と睡眠／温活／食物繊維の摂取が鍵を握る!?

働く食物繊維モロヘイヤ100%の「あおつぶ」を製造・販売する株式会社青粒（兵庫県神戸市：代表取締役社長 永原豊大）は、日々の生活で感じる体調や気分の変化を理解しながら、病気になりにくい身体づくりをするためのポジティブな情報を届けるフリーペーパー「モロマガ」vol.2を2022年3月11日（金）に発行いたします。私たちの身体が元気になるための栄養である、笑い／運動と睡眠／温活／食物繊維の摂取をキーワードに、“免疫力をアップする”を徹底特集した号となります。



モロマガは、野菜の王様と呼ばれるモロヘイヤに着目し、その魅力とともに、病気になりにくい身体づくりをするためのポジティブな情報をあらゆる角度から届ける季刊フリーペーパーです。

「あおつぶ」購入者に順次お送りすると同時に、あおつぶオフィシャルサイトでも公開。

https://aotsubu.co.jp/shop/information_categories/moromaga

（右のQRコードよりご確認くださいませ）



■モロマガ vol.2 について

いま、かつてないほどに注目を集めているキーワード「免疫力」について、どうしたら高めることができるのかを徹底特集。笑い／運動と睡眠／温活／食物繊維の摂取という“栄養”における私たちが抱えやすい悩みに対して、各スペシャリストの話を交えながら楽しく解説しています。

さらに、腸内環境の改善に役立つ、食物繊維を豊富に含むモロヘイヤと、免疫力との関係性についても着目。

■モロマガ vol.2 コンテンツ

・免疫力をアップする

Q.「笑う」と健康になるって本当？／春風亭ぴっかり☆さんインタビュー

Q.気づいたらカラダが冷えている／5つの温活を取り入れてポカポカボディに！

Q.ストレスと不安でいっぱいです／適度な有酸素運動でリフレッシュ！&質の高い睡眠でリラックス！

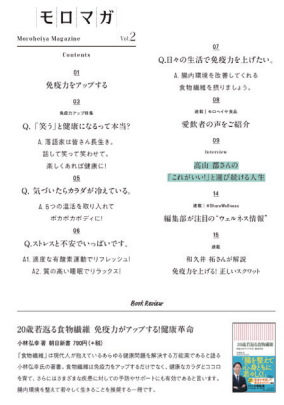
Q.日々の生活で免疫力を上げたい／腸内環境を改善してくれる食物繊維を摂りましょう

・連載：モロヘイヤ食品 愛飲者の声をご紹介します

・インタビュー：高山 都さんの「これがいい！」と選び続ける人生

・連載：#ShareWellness 編集部が注目の“ウェルネス情報”

・連載：和久井 拓さんが解説「免疫力を上げる！正しいスクワット」



■モロマガ概要

媒体名：モロマガ (Moroheiya Magazine)

発行元：株式会社青粒

刊行形態：季刊 (12月、3月、6月、9月)

創刊：2021年12月18日

発行部数：30000部

モロマガ

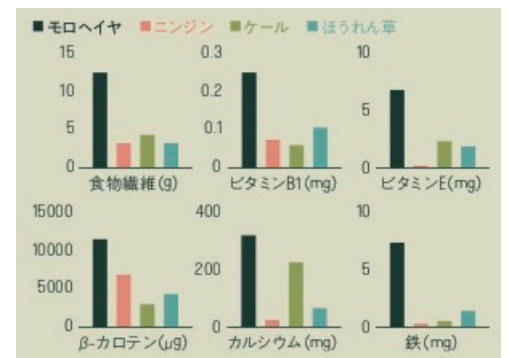
■「あおつぶ」について

モロヘイヤは栄養素がふんだんに入っている野菜。「あおつぶ」は、健康にとって重要な栄養素が入っているモロヘイヤ100%で作られている健康補助食品です。「あおつぶ」の原料はモロヘイヤのみできていて、1粒に約2.5枚のモロヘイヤの葉が含まれています。「何も足さない、何も引かない」をポリシーに、「大切な人がずっと健康でいられますように。」という想いと、健康寿命100年時代を実現させていきたいという想いが込められています。



■モロヘイヤの特徴

モロヘイヤの栄養価の高さは緑黄色野菜の中でもトップクラスです。 β -カロテンはニンジンの約1.6倍、鉄分はほうれん草の約3.7倍。また、免疫機能に重要な腸内環境を整えるうえで大切な「不溶性食物繊維」と「水溶性食物繊維」をバランスよく含む、貴重な野菜です。さらに、女性にとって必要不可欠な栄養素「葉酸」を、ほうれん草よりも含んでいます。



※日本食品標準成分表 2020年版 (八訂) の野菜とモロヘイヤ (フィリピン産) の100gでの比較

—オフィシャル素材は下記よりダウンロード下さい—

https://drive.google.com/drive/folders/1wnCZV_mjcwoYP7r0g9aquOk0hTYd04Cx?usp=sharing

【商品に関する問い合わせ先：株式会社青粒】担当：永原 盟千、友廣 賢孝
info_company@aotsubu.co.jp / TEL 078-987-3831

【報道関係の問い合わせ先：株式会社コスモ・コミュニケーションズ】広報担当：島田 奈名子
aotsubu_cosmo@comnet.co.jp / TEL 03-3405-8137