

糀菌と酵母

アミノ酸 … 肌や髪の調子を整える

コウジ酸 … シミの素となるメラニンの生成を抑えてくれる

α-EG … 肌のコラーゲン生産量を増やし肌のハリをアップさせる

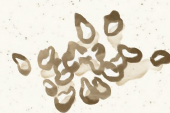
レジスタントプロテイン … 便秘解消・肥満防止・悪玉コレステロール減らす

清酒酵母 … 質の良い睡眠と寝起きのスッキリ感を導く、腸内フローラを整え免疫力UP



アミノ酸

アミノ酸は健やかな肌、髪を育み、疲労を軽減してくれたり、快眠をサポートしたりと嬉しい効果がたくさん。美肌効果だけでなく、健康効果も期待できそうですね。生稗酒を含む日本酒には7種類のアミノ酸が含まれています。体に大切なアミノ酸を摂取することができ健康維持に役立ちます。



α-EG

「肌のハリをアップさせる」効果が認められた「α-EG」という成分が生稗酒には含まれています。ハリと潤いに満ちた美白肌を、飲むだけでかなえてくれる。生稗酒は女性にこそ飲んでもらいたいお酒かもしれません。「線維芽細胞」に働きかけ、ハリと潤いを与える性質があるのです。研究では、「α-EG」がコラーゲンを増やすことが明らかにされています。



お肌のために。キレイを叶える白丑

レジスタントプロテイン

酒粕「レジスタントプロテイン」が豊富です。

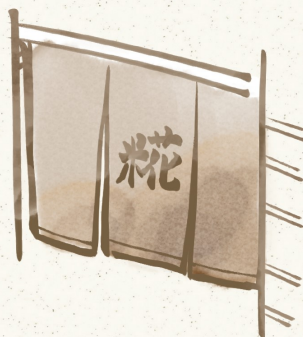
余分な内臓脂肪やぜい肉を増やさないようにできます。

ダイエットの強い味方ですね。



コウジ酸

日焼けやそばかす、シミの原因となるメラニン色素の生成を抑えてくれる「コウジ酸」を内側から補えます。飲むことで直接体内に吸収させ、体の内側から美肌を手に入れましょう。



“生きた酵素”でととのえる。

清酒酵母

日本睡眠学会定期学術会にて「清酒酵母のノンレム睡眠誘導活性」と言う学術発表がありました。この発表の内容は「清酒酵母」が“睡眠の質”を高める効果があるとしたものです。「清酒酵母」は、質の良い深い眠りと寝起きのスッキリ感を導きます。生稗酒にも上質な酵母が含まれており飲むことによって良質な睡眠とすっきりした寝起きを手に入れることが出来るという訳です。飲み過ぎては逆効果なので、100mlほどに抑えると良いでしょう。



そのほかにも「美肌」に効く成分が沢山

α-GG	ヒアルロン酸とコラーゲンの生成を促し、肌にハリを与える
アルブチン	シミが作られるのを防ぎ、さらにできてしまったシミを薄くする
遊離リノール酸	美白効果の高い成分
NMF	高い保湿効果
フェルラ酸	抗酸化作用があり、細胞を活性化・アンチエイジング効果UP
フルーツ酸	皮膚の再生を促進

生稗酒「白丑」はどぶろくと呼ばれるお酒です。しゅわっと弾けるようなどぶろくのごじは、この「生きた酵素」が正体。瓶に詰められた後も酵素が生きているのです。消化吸収を助ける力のある酵素は腸内環境を整える強い味方。1000種類ほどあるといわれる腸内細菌に良い影響を与え、腸内バランスを整えてくれます。実は腸は健康の要。免疫力の強さは腸が左右するとも言われるほどです。ストレスや暴飲暴食で肌が荒れたり、疲れやすくなったりするのも腸内環境が影響していることがあります。美味しいどぶろくでほろ酔いを楽しみながら、ストレスを解消し、腸内環境も整えられるのなら言うことなしですね。



大阪府立大学 名誉教授・客員教授
中野 長久 教授